

Deutsche Freikörperkultur

Zeitschrift für Rassenpflege, naturgemäße Lebensweise und Leibesübungen

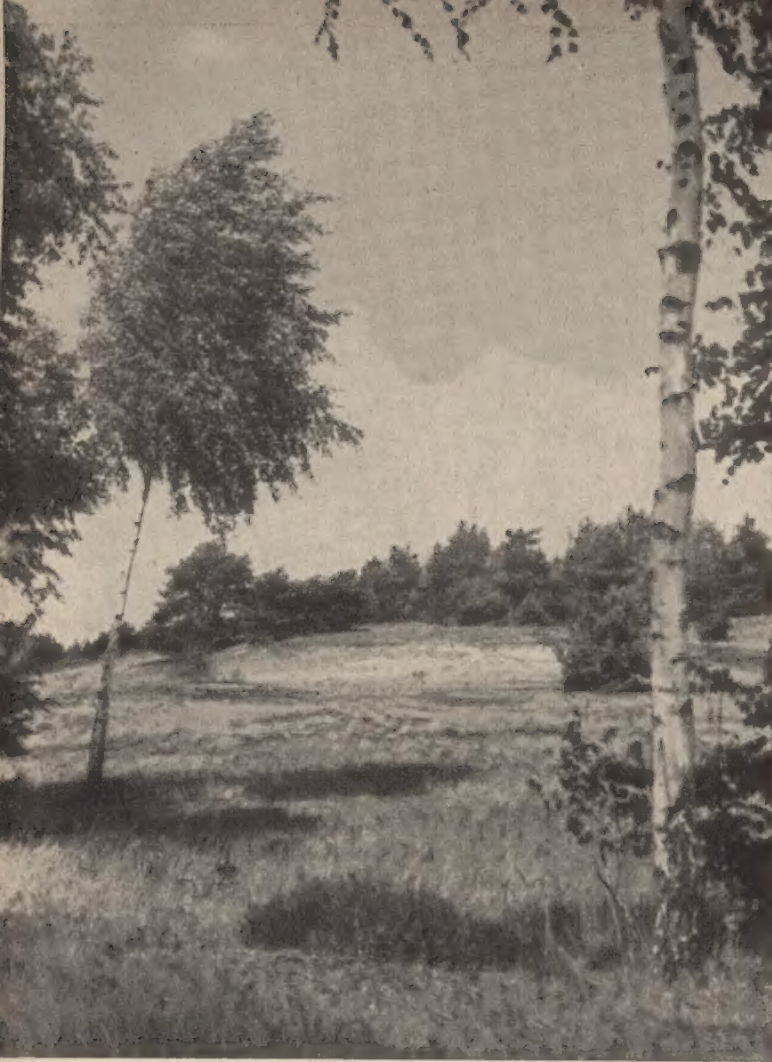


PREIS 30 Pf.
in Österreich 60 Gr.



August 1933

Offizielles Organ des Kampfringes für völkische Freikörperkultur



Der Idealist wird immer siegen

Adolf Hitler

Ein Gedanke, der richtig ist, kann
auf die Dauer nicht niedergelogen
werden

Bismarck



Jugendgelände Birkenheide am Mokensee



Die Ziele völkischer Rassenpflege:

Förderung der Tüchtigen

Befreiung von minderwertigem Erbgut

Reinerhaltung unserer Rasse

Zurückdrängung der Fremdrassigen



Deutsche Freikörperkultur

Zeitschrift für Rassenpflege, naturgemäße Lebensweise und Leibesübungen

Heft 3

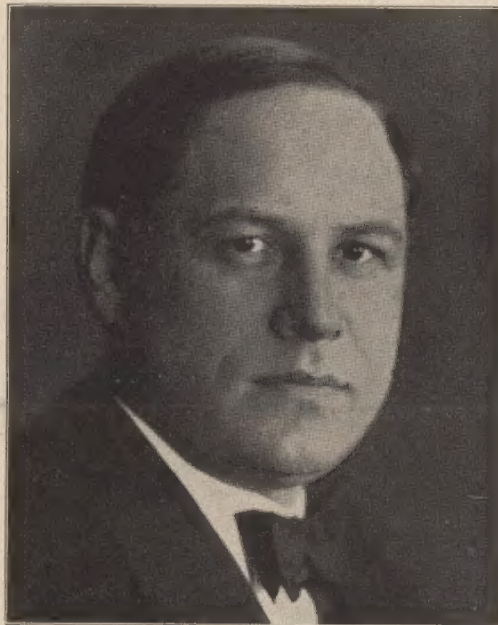
Jahrgang 1933

Die Freikörperkultur im nationalen Aufbau

von Hanns Gellenhain

Der „Kampfring für völkische Freikörperkultur“ ist in den „Nationalverband für Volksgesundheit e. V. Berlin“ eingegliedert. Führer des Nationalverbandes ist Dr. Bernhard Hörmann, Leiter der Abteilung Volksgesundheit in der Obersten Leitung der P.O. der NSDAP, Reichskommissar im Reichsministerium des Innern. Damit ist eine durch Vielseitigkeit ihres beruflichen Wissens, durch tiefste Erkenntnis und hohe Zielsetzungen für ihre Aufgabe ausgezeichnete Persönlichkeit an die Spitze auch unserer — heute rund 10 000 eingeschriebene Mitglieder zählenden Bewegung (die Zahl der Anhänger der FKK geht in die hunderttausende!) — getreten. Wer den Mann und seine Ideen kennen lernen will, der lese die von ihm herausgegebenen Monatsschriften „Volksgesundheitswacht“ und „Deutsches Heilwesen“. Schon in seinem einleitenden Aufsatz „Der nationalsozialistische Staat als Wahrer der Volksgesundheit“ betonte Dr. Hörmann besonders die drei großen, das nationalsozialistische Programm durchziehenden Grundgedanken: Rassenpflege — Gemeinnutz geht vor Eigennutz — Leistungsprinzip. Besonders pflegen will er die Mitarbeit an Rassen-, Erbgesundheits- und Bevölkerungsfragen. „Praktisch ist mitzuarbeiten an der Werbung für die Hebung der Volksgesundheit, besonders an der Vorbeugung und der Wehrhaftmachung unseres Volkes...“

Dr. Hörmann ist praktischer Arzt und Zahnarzt. Entscheidend für seinen



Dr. Bernhard Hörmann

besonderen Entwicklungsgang war die Kenntnis der Lebensarbeit von Theodor Fritsch und seines Buches „Bodenwucher und Börse“. Es ließ den Entschluß in ihm reifen, die rassen- und volkspolitischen Probleme sowie alle mit dem Bodenrecht und der Volksgesundheit zusammenhängenden Fragen zu studieren. Wie gründlich Dr. Hörmann dabei vorging und wie wenig er der Mann grauer Theorie ist, beweist die Tatsache, daß er neben der Medizin auch Volkswirtschaft sowie öffentliches und privates Recht und chemische Technologie studierte und 1924 sein Examen als Diplomkaufmann an der Technischen Hochschule in München ablegte. Er machte auch einen Kursus zur Führung einer Handapotheke als praktischer Arzt durch und besuchte die Drogistenfachschule in München. Zur Vertiefung seiner Kenntnisse — besonders in der Rassenfrage — besuchte Dr. Hörmann Länder alter Kultur. Seine Reisen führten ihn durch Griechenland, Ägypten, Indien, China, Japan sowie nach Spanien, Frankreich, England, Amerika und auch nach Sowjet-Rußland.

Wie sich Dr. Hörmann das nationalsozialistische Wunschbild im Volksgesundheitswesen vorstellt, das zu verwirklichen er entschlossen ist, das deutet die folgende programmatische Darstellung an, die er soeben in den von ihm verlegten Zeitschriften veröffentlicht hat.

Es heißt da:

„Statt der verschiedenen konkurrierenden Landesgesetzgebungen und teilweiser Reichsgesetzgebung im Medizinalwesen wird eine einheitliche Reichsgesetzgebung und Reichsführung für das gesamte Volksgesundheitswesen geschaffen.

Eine großzügige und vorbeugende Rassen- und Erbgesundheitspflege, durch die vor allem die hochwertige Erbmasse systematisch gefördert und gepflegt wird, wird in allen staatlichen und privaten Einrichtungen gesetzgeberisch und durch Werbung und Aufklärung in der breiten Masse des Volkes verankert.

Eine weitschauende, von Wirtschafts- und Berufsgruppeninteressen unabhängige und großzügige Aufklärung in allen vorbeugenden und verhütenden Gesundheitsmaßnahmen wird staatlich organisiert.

Durch Schaffung einer allseitig unabhängigen Heilkunde, eines überwachten Heilmittelwesens und alles Gute verwertenden, fortschrittlich eingestellten Medizinalwesens werden die im Heilwesen tätigen Berufe und Stände unter Ausschaltung aller Einflüsse fremdrassiger und wirtschaftlich interessierter Kräfte die Behandlung und Vorbeugung von Krankheiten als Gesundheitsdienst am kranken Volksgenossen aufzufassen.

Die Durchführung wird durch Errichtung von unabhängigen staatlichen Untersuchungs- und For-

schungsinstituten für das Volksgesundheits-, Heil- und Heilmittelwesen gesichert.

Statt schrankenloser Kurierfreiheit wird für alle im Heilberuf und in der Krankenbehandlung tätigen, bisher völlig ungeprüften Personen durch eine beschränkte Kuriererlaubnis auf Grund einer staatlichen Leistungs- und Eignungsprüfung dem kranken Volksgenossen die Gewißheit gegeben, daß er von einem charakterlich einwandfreien, in seiner Tätigkeit gut ausgebildeten und dazu wirklich berufenen Menschen behandelt wird. Vollkommen neugestaltet wird der Ausbildungsgang und die Organisationen der höheren und unteren Berufsgruppen der im Heil- und Heilmittelwesen und im Volksgesundheitsdienst tätigen Berufe und Personen.

Die Einstellung zu allen Standes- und Volksgesundheitsfragen wird erfolgen vom Standpunkt der Volksgesamtheit, der Erbgesundheits- und Rassenpflege und vom Gedanken der körperlichen und charakterlichen Eräftigung und der Wehrhaftmachung unseres Volkes aus.

Auch der Umbau und Neuaufbau der gesamten Sozialversicherung und des Versorgungswesens geht vom Standpunkt der Volksaufartung aus und wird sich wesentlich einstellen auf folgende Gesichtspunkte:

**Vorbeugen nützlicher als Heilen,
Vorsorge ist wichtiger als Fürsorge,
Verhüten ist besser als Vergüten!**

Eugenik— Freikörperkultur und Lebensreform

Von Dr. de Laporte

Eine der erfreulichsten Erscheinungen der nationalen Erneuerung unseres politischen Lebens ist das große Verständnis, das die Regierung eugenischen Fragen entgegenbringt. Endlich werden auch diese Dinge in Fluß kommen, die bisher lediglich in kleinen wissenschaftlichen Fachgruppen diskutiert wurden. Selbst die Aerzte, die wirklich allen Anlaß gehabt hätten, sich eingehend mit eugenischen Forschungsergebnissen zu beschäftigen, zeigten bis auf wenige Ausnahmen erschreckend geringes Verständnis. Wenn deshalb jeder eugenisch interessierte Mensch mit großer Freude die Wendung zum Besseren auf diesem Gebiete begrüßt, so muß doch der Wissenschaftler sofort auf 2 Momente hinweisen, die unbedingt Beachtung finden sollten.

1. Alle gesetzlichen Maßnahmen auf diesem Gebiete bleiben im Kern unwirksam, wenn nicht in der Bevölkerung selbst Aufklärung und Verständnis für die wichtigsten Gesetze der Eugenik verbreitet ist.

2. Gesetzlich dürfen nur Dinge geregelt werden, die nach dem bisherigen Stande der wissenschaftlichen Forschung bestehen.

Die Forderung zu 1. kann nur verwirklicht werden, wenn wenigstens die breiten Massen des Volkes über die Grundbegriffe der Eugenik unterrichtet sind.

Die 2. Forderung betrifft die rein praktischen Maßnahmen der Gesetzgebung. Hierbei soll nur bemerkt werden, daß über die Wirkung der Kreuzungen von Kulturrassen noch viel zu wenig Beobachtungsmaterial vorliegt, um abschließende Urteile zu fällen. Außer einer grundlegenden Arbeit des neuen Rektors der Berliner Universität, Professor Fischer über die „Rehobother-Bastards und das Bastardierungsproblem“ (im alten deutschen Südwest-Afrika) gibt es noch wenige exakte Forschungsergebnisse auf diesem Gebiete. Vor allem sind die Urteile über günstige und ungünstige Rassenmischungen zwischen bestimmten Kulturrassen noch viel zu wenig wissenschaftlich fundiert, um ihnen allzu viel Wert beimessen zu können. Jedenfalls steht fest, daß wir auf dem Boden unseres Vaterlandes entsprechend seiner geographischen Lage im Herzen Europas ein sehr starkes Rassengemenge und Gemisch vor uns haben. Ueber unsere Heimat Erde sind seit Tacitus Zeiten die Völkerstürme hingebraust und haben eugenisch ihre Spuren hinterlassen. Die nordische, die alpine, dallsche, dinarische, ostbaltische und andere Rassen haben sich hier gekreuzt. Das eine scheint festzustehen, durch bestimmte Rassenmischungen können bestimmte Eigenschaften eine erstaunliche Steigerung erfahren, eine Tatsache, die man auch im Tier- und Pflanzenleben in ähnlicher Weise beobachtet hat und wissenschaftlich das „Luxurieren der Bastarde“ nennt. Das Entstehen der genialen Begabung scheint mit auf derartigen Kreuzungserscheinung zu beruhen. Wenn Professor Winkler von der Universität Rostock, in neueren Untersuchungen an 16 000 Mecklenburger Schulkindern nachgewiesen hat, daß die aus sogenannten Mischlingsfamilien Stammenden (bei denen ein Elternteil zugewandert war) körperlich und geistig überlegen den aus sog. Inzuchtfamilien entstandenen (also nur Ortsansässigen) waren, so sollte diese Tatsache nachdenklich stimmen. Jedenfalls ist vielleicht die deutsche Bevölkerung infolge ihres Rassengemisches auch das geistig beweglichste Europas, während ihm die gewisse Formsicherheit der Engländer und Franzosen abgeht, die natürlich rassenbiologisch auch kein einheitliches Produkt darstellen, aber doch nicht so stark durcheinandergemengt sind, wie die Deutschen.

Nach der genialen Entdeckung des Augustiner-Abtes Mendel in Brünn vor etwa 70 Jahren, vererben sich die väterlichen und mütterlichen Erbeigenschaften nach großen, für alle Lebewesen gültigen Gesetzen. Die biologische Zellforschung hat festgestellt, daß die Träger der Erbeinheiten sich in den sogenannten Chromosomen der menschlichen Geschlechtszellen befinden, die beim Geschlechtsakt zwischen Mann und Weib sich vereinigen. Während sich die sogenannten somatischen Zellen, aus denen sich unser Körper aufbaut, dauernd teilen, um ihre Aufgabe zu erfüllen, wird bei der sogenannten Reduktionsteilung der Geschlechtszellen immer die Hälfte des

gesamten Chromosomensatzes, 3% der männlichen Samenzelle abgeben, der dann von dem entsprechenden halben Chromosomensatz der weiblichen Eizelle bei der Befruchtung wieder auf die volle Chromosomenzahl (beim Menschen 48) ergänzt wird. Das geheimnisvolle Walten der Natur, daß die Veränderung der somatischen Körperzellen durch Teilung zuläßt, will mit größter Konsequenz die Geschlechtszellen als Träger des Erbgutes immer nur ergänzt und variiert durch den anderen Ehepartner möglichst unbeeinflusst durch die Jahrhunderte tragen, wahrlich eins der großen Wunder des Menschengeschlechtes, das für den Einzelnen Schicksal sein kann. Jede menschliche Erbanlage hat also die Wahrscheinlichkeit $\frac{1}{2}$ auf das Kind überzugehen. Welche ungeheure Verantwortung diese Erkenntnis für jeden Einzelnen in sich birgt, möge sich jeder selbst klar machen. Welches Maß von Elend und Jammer ist in der Welt nur dadurch, daß in Unkenntnis oder auch Verantwortungslosigkeit Menschen, unschuldige Kinder in die Welt setzen, die mit dem Fluch einer unglücklichen Erbanlage nicht bis ins 3. und 4., sondern bis ins 1000ste Glied behaftet sind.

Was aber muß der Anhänger der Freikörperkultur noch besonders von diesen Dingen wissen? Zunächst vor allem die Tatsache, daß Erscheinungsbild und Erbbild eines Menschen durchaus verschieden sein können. Man wird also niemals schon aus der äußerlichen Erscheinung allein den Schluß ziehen können, einen Menschen mit in jeder Hinsicht gesunder Erbanlage vor sich zu sehen. Die eugenische Wissenschaft spricht von dominanten (vorherrschenden) und rezessiven (überdeckten) Erbanlagen, je nachdem das Vorhandensein einer bestimmten Erbanlage schon äußerlich in der körperlichen Erscheinung des Menschen sichtbar wird oder nicht. Du heiratest z. B. ein körperlich wohlgestaltetes Mädchen, das rezessiv die Anlage zum Klumpfuß, Hüftverrenkung, erbliche Taubheit, Schwachsinn infolge Mikrocephalie (abnorme Kleinheit des Schädels) oder zu der entsetzlichen Bluterkrankheit ahnungslos nach den Mendelschen Wahrscheinlichkeitsgesetzen auf einen Teil seiner unglücklichen Abstammlinge vererbt. Weniger gefährlich ist natürlich die dominierende Erbanlage. Hier sehe ich doch wenigstens, meist bei z. B. Kurzsichtigkeit, Verwachsengliedrigkeit, Spaltung des Gaumens und Rachens, (Hasenscharte und Wolfsrachen), Nachtblindheit usw. schon äußerlich die Mißbildung bzw. der Mangel, die mich warnen können. Dabei kommen aber eine Reihe von Erbanlagen sowohl rezessiv wie dominant vor, wie z. B. die Altersschwerhörigkeit, Netzhautatrophie, die oft zur Blindheit führt und andere.

Besonders aber wird den Licht- und Sonnenmenschen die Lehre vom „Körperbau und Charakter“ von Professor Kretschmar interessieren, weil hier aus dem Körperbau gewisse Rückschlüsse auf die Charakterbildung gezogen werden. Die menschlichen Grundtypen sind nach Kretschmar die Schmalbrüstigen (Leptosomen), die rundlich Gedungenen (Pykniker) und die Muskelkräftigen (Athletischen). Diese in allen Rassen der Erde anzutreffenden Typen pflegen mit ziemlicher Regelmäßigkeit mit besonderen Charaktertypen verbunden zu sein. Während die Schmalbrüstigen von Kretschmar seelenspaltig (schizophren) genannt werden, sind die Pykniker von schwankender Gemütslage (zyklothym). Die Athletischen folgen im allgemeinen der Gemütslage der Leptosomen. Bei Ueberschreitung des Normalen sind deshalb die leider heute so stark verbreiteten Geisteskrankheiten der Schizophrenie und das manisch-depressiven Irresein oft an diese Typen gebunden. Jedenfalls ist auf alle Fälle auch hier der richtige Ausgleich das Beste, wie die Natur ja stets bestrebt ist, den harmonischsten Typus herauszustellen, wenn wir Menschen nur stets auf ihre Stimme, die sich als Instinkt in uns äußert, hören wollten. Ein Schmalbrüstiger, Athletischer, Pykniker sollte jedenfalls vermeiden, sich ehelich mit dem gleichen Typ zu verbinden, weil durch diese Kreuzung leicht eine Potenzierung der üblichen Charakteranlagen stattfindet. Die wahllose „Aufordnung“ ist sicher hiernach nicht das Richtige und sollte lieber durch eine Auslese nach rein eugenischen Gesichtspunkten ersetzt werden. Jedenfalls sollte jeder junge Mann und jedes junge Mädchen tausendmal an das Dichterwort denken „Drum prüfe wer sich ewig bindet, ob sich — in eugenischer Abwandlung — „Erbgut zu Erbgut“ findet“, ehe sie den folgenschweren Schritt tun, den Bund zu schließen, dessen höchste Weihe das Kind ist.

(Ein weiterer Artikel folgt.)



Zelt-Städte ...

von Hanns Gellenthin

„Die Leipziger Polizei nahm in den frühen Morgenstunden des Sonntag in der Zeltstadt an den Lübschützer Teichen bei Machern eine große Razzia vor. Schon seit langer Zeit wurde diese Zeltstadt von der Polizei mit Mißtrauen betrachtet, da man vermutete, daß dort verbotene politische Zusammenkünfte stattfanden, politische Flüchtlinge sich zurückgezogen hatten und eine sittlich verwahrloste Jugend einen Tummelplatz fand. Es wurden 1200 Nachtgäste der Zeltstadt gezählt, während nur 500 gemeldet waren. Die Prüfung der Papiere ergab, daß mindestens 80 Prozent der Zeltbewohner der kommunistischen, der sozialdemokratischen Partei oder dem Rotfrontkämpferbund angehört hatten.“

Die Polizei ordnete an, daß alle unverheirateten Personen ihre Zelte abbrehen mußten. Sie brachten die Einrichtungsgegenstände der Zelte auf Rädern und Handwagen nach Leipzig. Die Verheirateten durften ihre Zelte behalten. Die Razzia hat ergeben, daß die politischen und moralischen Bedenken, die gegen die Zeltstadt vorlagen, vollauf berechtigt gewesen sind.“

(Berliner Volks-Ztg., 24. 7. 33)

„Die Schutzpolizei z. b. V. und Beamte des Geheimen Staatspolizeiamtes nahmen gestern nördlich von Berlin, bei Summt und Mühlenbeck, eine Durchsuchung der an den Seen entstandenen Zeltstädte vor. In diesen Zeltstädten haben sich sehr viel Marxisten zusammengefunden, wie das auch in früheren Jahren meist der Fall war. Es war der Polizei zu Ohren gekommen, daß von diesen Zeltstädten aus eine umfangreiche kommunistische Propaganda betrieben wurde. Die Umstellung und Durchsuchung der Zeltstädte hatte ein interessantes Ergebnis. Man fand u. a. fertige Klischees für eine neue Ausgabe der Roten Fahne, zahlreiche kommunistische Handzettel und Waffen. Ein Teil der Zeltbewohner wurde festgenommen und der Polizei zugeführt.“

Die Zeltstädte haben auch in sittlicher Beziehung zu vielen Beanstandungen Anlaß gegeben. Auch das Benehmen der Einwohner der Zeltstädte hat den Bewohnern der Gegend oft Anlaß zu Beanstandungen gegeben.“

(Berliner Börsen-Ztg., 26. 7. 33)

Zwei Zeitungsmeldungen. Zwei unbestreitbare — und von uns warm begrüßte — Erfolge der Polizei. Es stände schlecht um die Sicherheit des nationalen Staates, wenn er Zusammenrottungen böswilliger und abseitsstehender Kreise dulden wollte! Auch dann nicht, wenn sich diese Kreise das Mäntelchen der Naturverbundenheit umhängen. Mit diesen Mätzchen kommen sie im neuen Deutschland nicht durch — diese Tarnung ist gar zu durchsichtig. . .



Abgesehen von der politischen Seite dieser Angelegenheit soll hier einmal etwas Grundsätzliches über das Zusammenwohnen Unverheirateter in Zelten gesagt werden. Wenn die Polizeiberichte von „Tummelplätzen sittlich verwahrloster Jugend“ sprechen, so wird man diesem harten Urteil in sehr vielen Fällen ohne weiteres zustimmen müssen. Gerade als alter Wandervogel glaube ich mir ein Urteil hierüber erlauben zu können. Unser sauberes, reines und ideales Zeltleben von einst, unsere „Flucht in den deutschen Wald“, unser einstiges „Zurück zur Natur“ (das Wort, das später so sehr verkitscht wurde!) war ein bewußtes Auflehnen gegen das verflachende, jede Illusion raubende Großstadtleben, gegen Auswüchse einer ganz bestimmten „Zivilisation“ — und in erster Linie gegen Schund und Schmutz! Jawohl, wir wollten saubere Jungs sein!

Eine selbstverständliche Folge war, daß unser Fahrtenleben auf das Ziel höchster Reinheit gestellt war — sein mußte! Wenn dann mit der Zeit auch Mädels mit auf Fahrt gingen — was anfangs unter uns streng verpönt war! — so war das für uns bestimmt kein Grund und keine Gelegenheit zur Verwahrlosung, sondern ganz im Gegenteil wurde daraus eine ganz ehrliche und hohe Kameradschaft! Man muß es mir schon glauben! Und dieser schöne Zustand wurde auch durch gelegentliches gemeinsames Zelten oder nacktes Baden in keiner Weise gestört. Vielleicht liest ein weiblicher ehemaliger Wandervogel dies hier und bestätigt es. — Daß übrigens im Laufe der Jahre sich zahlreiche junge Menschen kennen und lieben lernten und daß daraus ein Bund fürs Leben wurde — das wird man wohl kaum als einen Nachteil unserer Fahrten ansehen können!

Dies alles hat sich seitdem — das wissen wir sehr gut — wesentlich geändert. Was früher ein verhältnismäßig kleiner Kreis von Idealisten tat, wurde Volksbewegung. Damit aber kamen — wie immer, wenn die Bestrebungen Weniger zum Ziele großer Massen werden — diejenigen Kreise in die Wanderbewegung, die mit einem feinen Instinkt all und jedes zur Befriedigung ihrer primitiven Bedürfnisse auszunutzen verstehen. Ganz gewiß ist der Drang der Menschen zu Luft und Licht und Wasser groß und berechtigt. Aber unter den sog. „Wandervögeln“, die uns die Nachkriegszeit bescherte, war ein recht großer Teil nur zu dem Grunde auf Fahrt, um seine rüden Instinkte abreagieren zu können! Ich will damit in keiner Weise behaupten, daß nun der Kreis der harmlosen und anständigen Wanderer nicht mehr am Leben sei. Es gibt tausende und abertausende braver und gesitteter Zeltbewohner, sie sind sogar nach meiner Auffassung in der überwältigenden Mehrheit! Aber nun muß wieder einmal der Gerechte für den Ungerechten leiden. Es ist auf das tiefste zu bedauern, daß die vielen anständigen Menschen, die im Zeltlager den Sommer verbringen — zum allergrößten Teil langjährige Arbeitslose! — nun ganz allgemein mit dem Odium der Verwahrlosung behaftet sind. — Ich selbst habe Zeltlager kommunistischer Horden gesehen. Grüne Lümmels und noch grünere Mädels. Rüdes Benehmen, Gröhlen zotiger Lieder und kommunistischer Kampfgesänge, nacktes Herumlaufen auf öffentlichen Wegen, Anpöbeleien und tätliche Angriffe auf Vorbeikommende... Und daß in diesen Zelten, wo immer hübsch paarweise „klassenbewußte“ Halbwüchsige zusammen hausten, getreu der marxistischen Parole vom „Recht des Weibes auf seinen Körper“ absolute Zügellosigkeit in jeder Beziehung herrschte — wen möchte das noch verwundern... Wie könnten Halbwüchsige anders sein, wenn ihnen verfluchte Juden dies als höchstes Ziel des Lebens hinstellen! Parole: „Ausleben!“ Und wenn Literaten den jungen Menschen den Kopf wirt gemacht hatten, dann kam grinsend der nächste Jude, der „gute Onkel Doktor“, und sorgte dafür, daß den jugendlichen Genossinnen auch ja nichts „passierte“... Und dazu dann noch die Angst, um alles in der Welt nicht als „bürgerlich“ verschrien zu werden — die hat so manches junge Ding veranlaßt, als echte „Genossin“ — auch gegen inneres Widerstreben — dieses Luderleben mitzumachen...

Das alles darf aber nicht dazu verleiten, nun die ganze Zeltbewegung in Bausch und Bogen zu verdammen! Wenn reaktionäre Kreise — Morgenluft witternd — gerade hier jetzt den Hebel ansetzen und nach bewährter alter Denunziantenart jedes Zeltlager bei

der Polizei als „kommunistisch“ und als „Hort der Unzucht“ verpfeifen, so werden sie damit im Dritten Reich auf die Dauer keinen Erfolg haben. Jetzt, wo tatsächlich noch an vielen Stellen ausgesprochen kommunistische Zusammenrottungen in Zeltlagern bestehen, ist natürlich Vorsicht jedem Zeltlager gegenüber geboten. Aber wenn auch hier erst einmal die große Säuberungsaktion beendet sein wird, dann wird der Aufbau eines sauberen und anständigen Zeltlebens folgen. Die Mucker sollen ja nicht glauben, daß der nationalsozialistische Staat ein Hort der Reaktion sein wird. Weit gefehlt! Die Leute, die heute den Behörden in den Ohren liegen, es möchten doch sogar die — Familienbäder verboten werden (!), die Anstoß an der Dreiecksbadehose der (im Wasser befindlichen!) männlichen Teilnehmer des Schwimmens „Quer durch Berlin“ zu nehmen versuchten — sie alle werden eine schreckliche Enttäuschung erleben!

Wenn heute gegen das Zusammenleben Jugendlicher in Zelten so scharf vorgegangen wird, so tut man damit — man gestatte mir diese Feststellung — sicherlich vielen anständigen jungen Leuten recht wehe. Sie sind bestimmt nicht alle verwahrlost, die jungen Leute ohne Trauring. Zuhause schreckliche Not, Wohnhöhlen, Arbeitslosigkeit — draußen am See das (gemeinsam zusammengesparte und angeschaffte) Zelt, das Leben in frischer Luft. Heiraten ist zur Zeit wegen der Arbeitslosigkeit noch nicht möglich. Was tun? Ich lege Wert auf die Feststellung: ich rede hier in keiner Weise der sog. „freien Liebe“ das Wort; ich möchte nur skizzieren,

wie es vielen, braven jungen Menschen geht, die das System der letzten 14 Jahre brotlos gemacht hat, die ohne Existenz sind — und doch so gerne gearbeitet hätten... Diese Menschen werden, wenn das Dritte Reich sie in die Arbeitsfront eingegliedert haben wird, wertvolle Mitglieder des Staates und Eltern gesunder Kinder sein! Das ist meine felsenfeste Ueberzeugung! — Was allerdings ausgerottet werden muß mit Stumpf und Stiel, das sind die ausgesprochen marxistisch eingestellten Zeltläger der oben geschilderten Art, mit ihrer wilden kommunistischen Agitation, ihrem zügellosen Pärchenbetrieb und ihrer Art von „Nacktkultur“, die wir Vertreter der völkischen Freikörperkultur konsequent ablehnen. Dies mögen sich jene Dunkelmänner gesagt sein lassen, die die Behörden ständig mit Denunziationen über die auf den Freikörperkulturgeländen angeblich bestehenden „skandalösen Zustände“ in den Zelten und Hütten bombardieren. Der Kampf für völkische Freikörperkultur ist mitten im Werk, die ihm angeschlossenen Bünde in jeder Beziehung zu reformieren. Wir Mitglieder der Reichsleitung des Kampfringes werden uns in nächster Zeit gerade mit der Frage des Lagerlebens auf den einzelnen Geländen eingehend befassen. Vor allem wird es unsere Aufgabe sein, die uns angeschlossenen Gelände durch Besichtigungsfahrten den Behörden zu zeigen. Denn wir haben nur den einen Wunsch, unseren Parteigenossen an den maßgebenden Stellen immer wieder und in aller Offenheit zu zeigen, wie wir sind und was wir wollen:

Ein gesundes Volk im neuen Staat!

Schlafe nackt!

Unsere Bekleidung belastet den Körper mehr und schädlicher, als sich mancher bewußt ist. Beruf, Gesellschaft und die Strafe sind es, die mit ihrer Forderung diesen Zwang, — zum Nutzen vieler Industriezweige und zum Schaden der sittlichen und körperlichen Gesundheit des Menschen —, auf eine der Zwangsjacke ähnliche Basis gebracht haben. Selbst die kleineren Uebel, die meistens zu den größten werden, wie beispielsweise der steife Kragen, sind heute noch fast eine ausnahmslose Forderung in Gesellschaft und Beruf — „Sie können doch unmöglich mit einem weichen Kragen, geschweige denn mit einem offenen Schillerkragen in meinem Geschäft herumlaufen; was soll die Kundschaft von mir denken!“

Wer nicht unter diesem Zwang (vielleicht infolge seines freien Berufes, der ihn unabhängig macht), leidet, hat es in dieser Beziehung gut. Er kann zwanglos seinen Körper, wenigstens im Rahmen von „Anstand und Sitte“, von allem überflüssigen Plunder befreien. — Aber die armen anderen? Wie schaffen sie den Ausgleich für den so notwendigen Stoffwechsel der Haut? Der Sonntag, das Wochenende, die Ferien sind gewiß dafür die schönsten Tage und Stunden. Aber . . . der Körper, der dazu geboren ist, frei atmen und pulsieren zu können, wird im Verhältnis zu seinem Alltagsgefängnis den Ausgleich in den wenigen Stunden seiner Freiheit nicht finden können. Besonders der Städter leidet unter diesem Mangel, und er ist es auch, der in bezug auf Körperschönheit und Harmonie unter den mittleren und älteren Jahrgängen schwach vertreten ist! Die so ganz vom atmosphärischen

Leben abgeschnittene Haut wird zu früh schwach, faltig und kraftlos! Wie jede Blume auf dem Felde, jeder Baum in der Heide seine Lebendigkeit in den Aether hinausströmen läßt und aus ihm atmosphärische Kraft durch Sonne und Luft in sich hineinträgt, so sehnt sich auch der Menschenkörper danach. Es ist nicht nur seelbetonte Sehnsucht, sondern einfach naturgewollte Notwendigkeit für die Erhaltung und Steigerung der Körperschaft und Frische! Der Alltag raubt uns die Hautatmung. Die Freizeit gibt uns manche, aber nicht lange genug Gelegenheit, also bleibt uns nur noch die Nacht. In dieser Zeit müssen wir den Ausgleich des atmosphärischen Hungers unseres Körpers suchen.

Es sind nicht allein die Sonnenstrahlen, die uns lebendige Kraft schenken, sondern auch die uns umströmende Atmosphäre. Unsere Haut, die nicht nur Schutzhülle des Körpers ist, sondern unser Hauptatmungsorgan — der großen Fläche wegen für die Speicherung des Blutes mit Sauerstoff weit wichtiger als die Lungen — braucht, wenn sie voll und lebensfähig bleiben soll, diesen Stoffwechselausgleich; sonst zerfällt sie und kann beide Aufgaben nicht mehr erfüllen. Mit dem Nachlassen ihrer Spannkraft setzt dann die Verunstaltung des Körpers ein. Gymnastik abends und morgens, verbunden mit Zimmerluftbad sind gewiß gute Helfer, aber sie reichen nicht aus. Wenn wir schon am Tage mehr oder weniger angezogen sind, warum ziehen wir uns, die wir Befreiung von der Kleidung suchen, eigentlich zur Nacht wieder an?

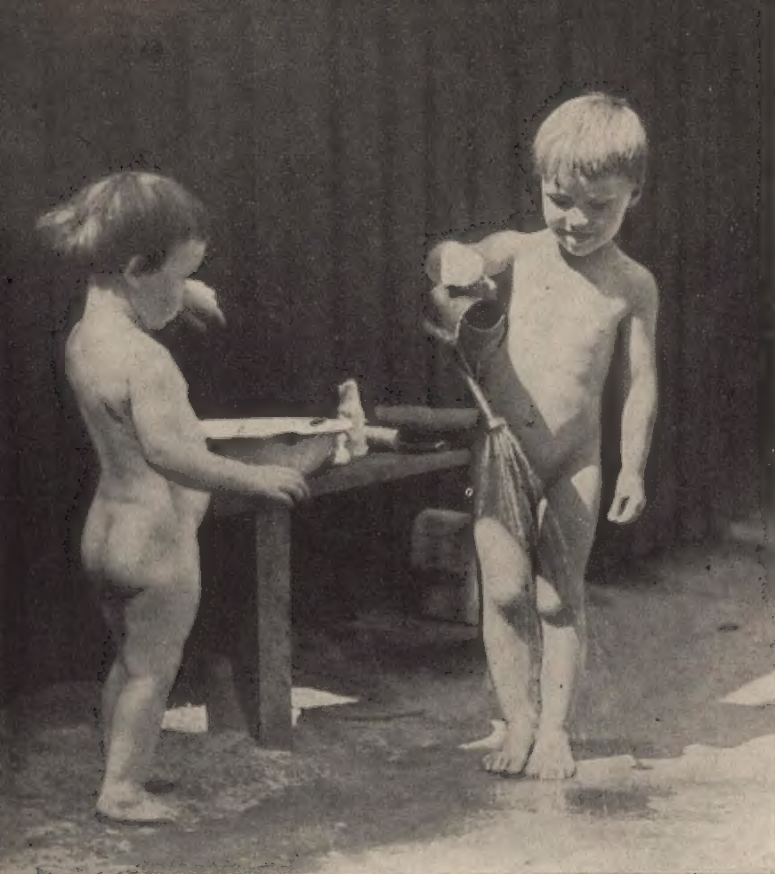
Ich schlafe seit langen Jahren Winter und Sommer vollständig unbekleidet unter einer Decke. So ist es mir möglich, die Hautatmung in der Nacht durchzuführen, da der Körper nicht unmittelbar bekleidet ist und zwischen Decke und Haut immer eine große Luftkammer bleibt, die Unverbrauchtes gibt und das Verbrauchte nimmt. Es genügt vollständig, beim Erwachen in der Nacht die Decke etwas zu lüften, um immer wieder frische Luft hinzuzuführen, dies geschieht meist auch unbewußt beim Wenden des Körpers. Der Körper dünst auf diese Weise nie in seiner eigenen verbrauchten Lufthülle, die im anderen Falle durch Nachhemd oder Schlafanzug festgehalten wird. Er trägt immer eine gleiche, nie zu kühle, nie erhitzte Temperatur.

Schlafe nackt, dann findet der Körper wenigstens für den durch Kleiderzwang in den Tagesstunden verlorenen Licht-Luftstoffwechsel der Haut einen nennenswerten Ausgleich, der durch die Freizeit in Ferien und Wochenende eine noch schönere Steigerung finden kann!

H. Rieck

Trag Sonne . . .

Trag Sonne in Herzen, die krank sind und wund —
sprich liebevolle Worte in schmerzlicher Stund!
Bring Sonne den Menschen, die einsam, allein,
in ihre Herzen — trag Liebe hinein.
Dann mag dir kommen, was kommen mag:
Es leuchtet doch Sonne in deinem Gemach!
Sie strahlt dir aus Augen, die froh du gemacht,
die nimmer sich trüben, weil du Sonne gebracht!
Es leuchtet dir rings — o reicher Segen —
von frohen Gesichtern viel Sonne entgegen!
Nur präge es tief in das Herz dir hinein:
Willst Sonnenschein du, mußt selbst Sonne du sein



Kinderlosigkeit für die moderne Ehe typisch

Die Zahlen des Jahres 1932 zeigen, daß in 50 Großstädten 15 v. H. der Geburten außerehelich waren. Diese verhältnismäßig hohe Zahl entspricht durchaus dem Eindruck, den man im Laufe der letzten Jahre als Hebamme in Berlin gewonnen hat: Nicht die Unverheirateten beugen am meisten den Geburten vor oder lassen die Schwangerschaft beseitigen, sondern die Verheirateten. In hohem Maße ist das Empfinden dafür gesunken, daß die Ehe das Nest für kommende Kinder sein soll. 40 v. H. der jungen Berliner Ehen sind von vornherein gewollt kinderlos. Ist man bei einer Entbindung tätig, so lernt man Schwestern, Cousins, Freundinnen der jungen Frau kennen, die erklären: „Kinder bei uns? Ausgeschlossen! Wir müssen verdienen!“ Oder: „Bei uns zu Hause waren acht. Von dem Elend und der Plage haben wir genug!“ Oder: „Erst wollen wir mal einige Jahre unser Leben genießen! Dann vielleicht!“ „Keine Wohnung! Da wollen wir auch keine

Kinder!“ Beachtet man diese jungen Ehen dann einige Jahre, so kommen auch wirklich keine Kinder. Hat das Ehepaar längst eine Wohnung, so kommen doch keine Kinder, denn inzwischen hat man sich daran gewöhnt, frei und ungebunden zu sein, abends ins Kino, Sonntags zum Wassersport zu gehen.

Diese Ehen sind nach den Beobachtungen großstädtischer Hebammen auch die Ursache der späten Erstgeburt mit allen nachteiligen Folgen. Schließlich kommt nach 10 Jahren des „Vorsehens“, vielleicht nach einigen beseitigten Schwangerschaften, doch ein ungewolltes Kind, oder man denkt: „Ein Kind möchten wir doch haben, ehe wir zu alt werden!“ Inzwischen ist aber die Mutter 35 Jahre geworden, und die Fehlgeburten sind auch nicht spurlos am Körper vorbeigegangen. — In den vergangenen Jahren wurde nichts getan, um diesem Verfall des Volkes, besonders in den Großstädten, entgegenzuarbeiten; im Gegenteil durfte die Abtreibungspropaganda sich hemmungslos breitmachen. In der kurzen Zeit der neuen Regierung bemüht man sich durch gesetzgeberische Maßnahmen aller Art, die Gründung von Familien zu erleichtern. Wenn aber diese neuen Familien auch nur wieder Wirtschaftsgemeinschaften, Kameradschaften oder legalisierte Verhältnisse würden, so wäre dem deutschen Volke nicht geholfen. Möchte, ach möchte es doch nur dem Dritten Reiche gelingen, das Innere des Menschen zu ändern, ihre Auffassung von der Ehe, von der Familie, vom Kinde zu veredeln, vom Kinde, das der Eltern Leben reich macht und das Fortbestehen des Volkes sichern muß!

Hebamme A. B.

Wiederbelebung Ertrunkener

In der „Münchener Medizinischen Wochenschrift“ gibt Professor Sehrt einige wertvolle Ratschläge. Die künstliche Atmung bei einem Ertrunkenen hat den Zweck, die Widerstandsfähigkeit des Körpers gegen die übermäßige Kohlendisaufnahme zu steigern. Am besten beläßt man den Gefährdeten in der Rückenlage; seinen Kopf dreht man seitwärts und rückt vor allem den Unterkiefer vor die obere Zahnreihe, die Zunge ist hervorzuziehen. Völlig zwecklos ist es, kostbare Zeit mit der Mundreinigung durch Watte zu verlieren. Herzstärkende Einspritzungen überlasse man dem fachkundigen Arzt! Sehr wichtig ist bei dieser Gelegenheit der Rat, sich vor längeren Schwimmübungen die Haut einzufetten. Schwimmer mit empfindlicher Haut sollten diese mühelose Vorsichtsmaßregel niemals versäumen; die Bluthautgefäße könnten sich nämlich sonst in der Kälte des Wassers rasch zusammenziehen und dadurch recht gefährliche Blutausschuppungen in der Bauchhöhle bewirken, die unbedingt zu vermeiden sind.

Minister Darré über die Freikörperkultur

Der jetzige Reichsernährungsminister Dr. Walter R. Darré schreibt in seinem Buch „Das Bauerntum als Lebensquell der nordischen Rasse“ (J. F. Lehmanns Verlag, München) auf Seite 450:

„Man sorgte jedenfalls bei der nordischen Rasse ganz bewußt dafür, daß sich beide Geschlechter so kennen lernten, wie sie geschaffen waren. Die nordische Rasse hat niemals Verheimlichungen irgendwelcher Art geschätzt, auf keinem Gebiet, und sie hat sehr genau gewußt, warum sie ihre Jugend dazu erzog, sich an den Anblick des nackten Körpers zu gewöhnen. Sie hat gegebenenfalls durch andere Maßnahmen dafür gesorgt, daß aus einem unbefangenen Kennenlernen der Geschlechter kein Unheil entstand. Wenn man heute oft hört, daß jene altnordische Gewöhnung an den unbedeckten Körper des anderen Geschlechts nur der Ausdruck eines noch unberührten harmlosen „Naturvolkes“ gewesen sei, so ist das soweit richtig, als man sagen kann, daß begreiflicherweise jedes natürliche Denken die Nacktheit natürlich findet. Aber für das Wesen der Sache trifft die Erklärung bei der nordischen Rasse nicht ganz zu, denn die nordische Rasse hat sich der Gewöhnung an die Nacktheit aus Gründen einer züchtigen Beurteilungsschulung zweifelslos ganz bewußt bedient, das muß hervorgehoben werden.“

In der Anmerkung hierzu sagt der Verfasser zu unserer heutigen Badebekleidung folgendes:

„Bei dieser Gelegenheit sei gestattet, einmal auf die gesundheitlichen Gefahren des heute leider allgemein beliebten sogenannten „Badetrikots“ aufmerksam zu machen, denn es stellt so ungefähr die unsinnigste Erfindung dar, die man sich nur ausdenken kann. Einerseits gibt es schonungslos die Körper-

formen der Öffentlichkeit preis, so daß seine Anwendung im Grunde glatte Heuchelei ist, andererseits setzt es den Körper nach dem Bade ausgerechnet an dessen empfindlichsten Stellen (Rücken, Nierenpartie, Magen) durch die Verdunstungskälte des nassen Stoffes einer fortdauernden Unterkühlung aus und das auch noch durch einen Stoff, der wie kein anderer die Feuchtigkeit festhält. In unseren Klimabreiten besitzen wir eigentlich nie oder nur sehr selten eine Witterung, die es rechtfertigen würde, dem Körper derartige Wärmemengen zu entziehen, wie es das näßgewordene Badetrikot im Luftbade tut, und manche Blutarut und mancher körperliche Knax fürs Leben dürften hier ihren Anfang genommen haben.“

Das, was Minister Darré bei der nordischen Rasse so sehr schätzt, haben wir in der völkischen Freikörperkulturbewegung seit langen Jahren mit anerkannten Erfolgen durchgeführt. Freikörperkultur ist nicht nur Nacktbaden, sondern der Ausdruck für eine nordische, naturverbundene Lebensweise und sittenreine Körpererziehung und Erleichterung, in der die unbedeckte Bewegung in Licht, Luft und Wasser nur ein Mittel zum Zweck darstellt. Ueber die gesundheitsschädigenden Wirkungen nasser Badebekleidung kann ich aus eigener Erfahrung als Schwimmsportler genügen berichten. Auch hier bewahrheitet sich wieder der Leitsatz der Abteilung Volksgesundheit der NSDAP.: Verhüten ist besser als heilen!

C. Almenroeder

Wir und die Sonne

Was der Lichtfreund wissen muß

Naturvölker wissen um die Werte, die in den Sonnenstrahlen stecken. Die Zivilisation jedoch hat es mit sich gebracht, daß den Menschen dieses Wissen abhanden kam, und erst in den letzten Jahren mußte dann die Bedeutung der Sonnenstrahlen für die Gesundheit wieder „entdeckt“ werden.

Sonne nährt.

Der Mensch nährt sich auf drei Arten: Flüssige und feste Nahrung nimmt er mit dem Magen auf, gasförmige Nahrung holt er mit den Lungen heran — und die Lichtnahrung fängt er mit der Haut auf. Ohne Lichtnahrung ist der Mensch einseitig ernährt, auch er braucht die strahlende Energie der Sonne zu Aufbau und Erhaltung. Das Licht der Sonne kann in eine große Anzahl verschiedener Strahlensorten aufgelöst werden; zu uns kommt neben dem sichtbaren Licht noch eine ganze Stufenleiter unsichtbarer Strahlen vom Himmel hernieder. Die Lichtkost unserer Haut ist daher auch wieder eine „gemischte Kost“. Jede Strahlenart hat nämlich eine ganz bestimmte Schwingungszahl. Wärmestrahlen und ultrarote Strahlen haben eine geringere Anzahl von Schwingungen, dem ultravioletten Licht ist eine hohe Schwingungszahl eigentümlich. Die einen Strahlen wärmen nur — die anderen bräunen. Es ist daher nicht gleichgültig, von welcher Art dieser rasenden Schwingungen (z. B. 200billionenmal in einer Sekunde!) unsere Haut getroffen wird. Nicht sorglos und unbedacht darf man infolgedessen Licht schlürfen, sondern geordnet und in wohlbedachten Mengen. Lichtsorten haben auch noch verschiedene Wellenlängen. Ultraviolette Strahlen zeigen kurze Wellen. Je kürzer nun aber die Wellenlänge der Lichtart ist, desto tiefer kann sich diese in die Poren der Stoffe einbohren. Das ultraviolette Gesicht der Sonne, das uns die schöne braune Körperfärbung gibt, ist ein naher Verwandter der Röntgenstrahlen. Diese Tatsache allein sollte uns veranlassen, beim Sonnenbade eine bestimmte „Diät“ anzuwenden; allzuviel genossene Sonnennahrung kann die schlimmsten Folgen haben!

Wie badet man Sonne!

Der eine Mensch verträgt viel Sonne, der andere nur wenig. Während der eine ohne Bedenken seinen Körper der Sonne aussetzen kann, muß der andere sich sozusagen erst langsam für Ultraviolett „abhärten“. Die Bilder menschlichen Jammers, die sich an Abenden nach heißen Sommersonntagen auf Großstadtbahnhöfen zeigen, sind der beste Beweis dafür, wie man Sonnenbäder nicht nehmen soll! Die meisten Ausflügler kehren krebsrot gebrannt heim, verleben eine peinvolle Nacht, möchten sich drei Tage lang am liebsten die Kleider vom Leibe reißen — dann „kracht die Schwarte“; die Haut platzt ab und die ganze Quälerei war umsonst. . . . Der Zweck — Braunbrennen um jeden Preis — ist nicht erreicht. Man kann nicht genug davor warnen, dieses Braunbrennen als Selbstzweck anzusehen. Das Sonnenlicht ist nicht dazu da, in den Dienst der menschlichen Eitelkeit gestellt zu werden — Vor dem Sonnenbad — das immer nur ein Teil des möglichst lange auszudehnenden Luftbades sein und in Verbindung mit einem Wasserbad genommen werden soll — muß der Körper gut mit einem Hautfunktionsöl

oder -krem eingefettet werden. Man vermeidet so Entzündungen und erreicht schneller die wohltätige, schützende Bräunung. Wie lange das Sonnenbad dauern darf, muß jeder selbst aus seiner eigenen Erfahrung wissen. Man sollte sich kennen! Eines schickt sich nicht für alle. Blonde Menschen mit heller Haut können vielfach längere Sonnenbäder nicht vertragen, auch Menschen mit schwachen Nerven oder solche, die mit ihrem Blutsystem nicht in Ordnung sind, deren Herz geschwächt oder krank ist, sollten überaus vorsichtig im Gebrauch von Sonnenbädern sein! Ihnen ist ein Luftbad im Schatten dienlicher.

Sonne heilt.

Die Zahl der Leiden, die durch Sonnenbäder geheilt werden können, ist so groß, daß sie hier unmöglich alle aufgeführt werden können. Erwähnt sei nur, daß das wichtige Vitamin D im Körper selbst mit Hilfe ultravioletter Sonnenstrahlen erzeugt wird; das Fehlen dieses Vitamins ist bekanntlich die Ursache der Rachitis! Wenn heute die junge Generation kaum noch O- oder X-Beine hat, wenn man heute so wenig Kinder mit englischer Krankheit sieht,

dann verdanken sie das dem Sonnenlicht, der leichten Sommerkleidung und dem Tummeln und Liegen in der prallen Sonne. Wer es gut mit der Jugend meint, der wird dafür sorgen, daß Kinder möglichst oft und möglichst ganz nackt in den Genuß von Sonnenbädern kommen. Nichts bedauert der Anhänger der Freikörperkultur mehr, als wenn er sehen muß, wie schon kleine Kinder in moderne „Badeanzüge“ gesteckt werden, und er freut sich von Herzen, wenn er feststellen kann, daß die Öffentlichkeit ihm darin recht gibt. So brachte die Zeitschrift „Koralle“ im Juni d. J. ein Lichtbild in den

Ausmaßen von 23 × 31 cm (!), das zwei kleine nackte Mädchen am Strande zeigt. Die Unterschrift lautet: „Scheckig gebrannt — die Sonne hat die Badeanzüge auf den Kinderkörpern abgezeichnet. Für die kleinen Dinger in ihrer paradiesischen Unschuld genügen vielleicht auch aufgemalte Badeanzüge. . . .“ Mit diesem Scherz will man doch offenbar sagen: Weshalb zieht ihr so kleinen Kindern beim Baden in Luft, Sonne und Wasser überhaupt etwas an? — Daß eine große Anzahl von Tuberkulosearten, daß Knochenbrüche und langwierige Eiterungen mit Sonnenbädern zur Heilung gebracht werden können, ja daß selbst Folgen von spinaler Kinderlähmung mit Sonnenhilfe stark gemindert werden konnten, ist aus ärztlichen Mitteilungen bekannt. (Schluß folgt)

Höchstes Ideal ist uns der Menschheitstyp der Zukunft, in dem der strahlende Geist sich findet im herrlichen Körper, auf daß die Menschen über Geld und Besitz wieder den Weg zum Idealen und Schönen finden.

Adolf Hitler

Rassenhygiene und Rassenpolitik

Die Arbeiten des kürzlich berufenen Sachverständigenbeirats für Bevölkerungs- und Rassenpolitik leitete kürzlich Reichsminister des Innern, Dr. Frick, mit einer programmatischen Rede auf der ersten Sitzung des Sachverständigenbeirats ein. Dr. Frick ging davon aus, daß die nationalsozialistische Bewegung das deutsche Volk vor dem politischen Zerfall bewahrt habe. Die schwierigste Leistung sei noch zu vollbringen, nämlich, den kulturellen und völkischen Niedergang aufzuhalten. Ursache des völkischen Verfalls sei der Verfall der Familie. Frühere Ursache für diesen Verfall ist die Industrialisierung mit all ihren Auswirkungen. Um Wandel zu schaffen, muß der Staat an einen Umbau der gesamten Gesetzgebung und eine Verminderung der Lasten für Minderwertige und Asoziale herangehen. Dementsprechend erfolgt eine Umstellung des Gesundheitswesens unter dem Gesichtspunkt der Rassenhygiene, Bevölkerungs- und Rassenpolitik. Eine familienfreundliche Gesetzgebung soll Platz greifen durch gerechten Lastenausgleich, besonders durch Familienlastenausgleich, der es ermöglicht, die arbeitstätige Frau und Mutter aus dem Produktionsprozeß zu ziehen und den männlichen Arbeitslosen dafür einzuschalten, damit auch diesem die Möglichkeit zur Heirat gegeben wird. Zum Schluß wandte sich der Minister scharf gegen die Mischehen mit Fremdrassigen. Die größte Aufgabe und Pflicht der Regierung der nationalen Revolution sei, die Aufzucht und Bestandserhaltung unseres deutschen Volkes im Herzen Europas zu gewährleisten.

Landesamt für Rassewesen in Thüringen

Die thüringische Regierung hat auf Veranlassung des thüringischen Volksbildungsministers ein Landesamt für Rassewesen errichtet. Dieses Amt ist das erste, das in einem größeren deutschen Staat geschaffen wurde. Zum Präsidenten des Landesamts für Rassewesen wurde Pg. Dr. med. Astel (München) berufen, der als einer der ersten Fachmänner auf diesem Gebiete gilt. Er leitete bisher das Rasse-Hygiene-Amt der SA-Reichsführerschule und war Rassenhygieniker des Rassen- und Siedlungsamtes München. Wie Dr. Astel selbst ausführt, sieht er seine Aufgabe in der Sicherstellung der ausreichenden Fortpflanzung des gesunden deutschen Menschen und in der Befreiung der Rasse von kranken und fremden Erbanlagen. Ein großzügige Aufklärung und Schulung sei notwendig. Das Vorgehen Thüringens erfolgt im ausdrücklichen Einvernehmen mit der Reichsregierung. Dem Landesamt angegliedert wird eine Vererbungs-Beratungsstelle.

Arbeitsdienst und Erblehre

Aus Kreisen des Aufklärungsamtes für Bevölkerungspolitik und Rassenpflege wird uns mitgeteilt, daß der Arbeitsdienst im Rahmen weiterer volksgesundheitlicher Maßnahmen noch eine besonders wichtige Aufgabe zu erfüllen haben werde. In ausgiebigen Verhandlungen, die zwischen den verantwortlichen Leitern der Arbeitsdienstpflicht und dem neuen Führer der deutschen Ärzteschaft, Dr. Wagner (München), stattgefunden haben, sei eine völlige Uebereinstimmung über die Auffassung erzielt worden, daß beim Arbeitsdienst gerade auch volksgesundheitliche und rassenpolitische Dinge für die Zukunft des deutschen Volkes im Vordergrund stehen müßten.

Hierzu würden gesetzliche Vorschriften aller Art erforderlich sein. Besonders erstrebe man einen zielbewußten Ausbau der Eheberatung und eine viel stärkere Berücksichtigung erblicher Anlagen auf allen Gebieten der Krankenversorgung, der Erziehung usw. Voraussetzung für das alles sei

eine erbbiologische Bestandsaufnahme der Nation,

die allmählich dahin führen müsse, daß der einzelne Mensch nicht nur nach seinen individuellen Besonderheiten, sondern vor allem nach den überindividuellen Erbanlagen körperlicher und geistig seelischer Art möglichst weitgehend bekannt werde.



Erbbiologische Probleme

In der Frage der Zunahme der Minderwertigen in Deutschland gibt es noch kein sicheres Zahlenmaterial für das ganze Reich, sondern nur eine Schätzung dieser Zunahme, die erfolgt ist auf Grund vieler Einzelarbeiten, sowohl wissenschaftlicher wie solcher von Fachleuten der Verwaltung. Auch die entstehenden Kosten können nur auf derselben Grundlage geschätzt werden. Da unter der neuen Regierung, deren Grundsatz ist, daß Gemeinwohl vor Eigenwohl geht, zum ersten Male Aussicht vorhanden ist, ein Sterilisierungsgesetz zu erreichen, wird von allen Seiten Material herbeigetragen, um einen Ueberblick in dieser brennenden Frage zu bekommen.

Prof. Scheidt gibt in seinem bei Reclam erschienenen Bändchen „Kulturpolitik“ an, daß im Kulturhaushalt eines Kreises im Jahre 1930 von 3,3 Millionen RM. nur 1,1 Millionen für aufbauende Zwecke ausgegeben werden konnten: Bildung und Unterricht, Förderung der Land- und Gartenwirtschaft usw., zwei Drittel dagegen für Geistesranke, Krüppel, Taubstumme, Blinde, Fürsorgezöglinge usw. ausgegeben werden mußten. — Lenz hat berechnet und geschätzt, daß mindestens 20 v. H. der deutschen Bevölkerung, also rund 12 bis 13 Millionen, erblich krank und minderwertig sind, nämlich etwa 1,5 v. H. schwachsinnig, 0,25 v. H. blöd, 1,5 v. H. geisteskrank, 1,5 v. T. epileptisch, 6—7 v. H. psychopathisch oder sonst nicht geistig vollwertig, 0,15 v. T. blind, 7,5 v. T. hochgradig schwachsichtig, 0,25 v. T. taubstumm, 7,5 v. T. hochgradig schwerhörig und mindestens 10 v. H. sonst körperlich schwach oder leidend. Auf 1000 Einwohner in Deutschland kamen Geistesranke, die in Anstalten versorgt werden mußten: im Jahre 1903: 7,1, im Jahre 1926: 8,1. Wenn auch in neuester Zeit die Diagnose besser gestellt wird, wenn auch bei höherem Durchschnittsalter gewisse Geistesstörungen des Alters öfter Anstaltsbehandlung erfordern werden, so ist an der Tatsache der wirklichen Zunahme der Geistesranke, besonders nach dem Jahre 1926, wohl nicht zu zweifeln. — Prokein weist im Archiv für Rassenbiologie 1926 nach, daß in München jede Ehe durchschnittlich 1,87 Kinder hat, die Familien, deren Kinder Hilfsschulen besuchen, jedoch 3,06 Kinder. — In „Volk und Rasse“ 1933, Heft 2, wird ausgeführt, daß zur Erhaltung des Bestandes im deutschen Volke 3,4 Kinder notwendig sind; die Verbrecherehen haben durchschnittlich 4,4 Kinder, der männliche Verbrecher hat 4,9 Kinder, die Familien, die die Hilfsschulen bevölkern, haben durchschnittlich 3,5 Kinder, die deutsche Familie ganz allgemein hat 2,2 Kinder, die Familie der gebildeten Schicht 1,9 Kinder.

Wie die neue Regierung in letzter Stunde, als schon der Reichstag als Zeichen des Beginns der bolschewistischen Revolution brannte, das deutsche Volk vor der Zerstörung aller Kulturwerte rettete, so ist sie auch berufen, in letzter Stunde die deutschen Erbwerte zu retten!

Die Bestandteile des menschlichen Körpers

Der Körper eines Erwachsenen besteht aus 59 v. H. Wasser, 9 v. H. Eiweiß, 6 v. H. Leimsubstanz, 21 v. H. Fett und 5 v. H. aschegebenden Substanzen.

Unsere Kinder - unsere Zukunft



Briefe die uns erreichten

Aus Berlin schreibt man uns:
„An einem schönen Sommertage fuhr ich ganz früh mit der Kleinbahn zum . . . See. Unterwegs nahmen noch zwei Damen in meinem Abteil Platz. Die jüngere Dame, etwa 30 Jahre alt, lebhaft und ungeniert laut sprechend, unterhielt sich während der Fahrt sehr angelegentlich mit der anderen, älteren Dame. Es war für den unbeteiligten Zuhörer kein Ohrenschmaus. Nichtssagende Kaffeegeschichten. Oder, wie eine holländische Redensart lautet: „Sie sprachen über Kühe und Kälber.“ Plötzlich sagte die ältere Dame zu der jüngeren: „Hier in der Nähe ist das Gelände, wo die Männer und die Frauen alle ganz nackt gehn. Es ist ganz schrecklich.“ — Die jüngere Dame sah ihre Freundin an und rief: „Das ist ja schamlos, das ist ja schamlos, vor fremden Menschen sich nackt auszueinander!“ Nun flüsterten die beiden Damen eine Weile miteinander und dann sagte die Ältere vernnehmlich zu der Jüngeren: „Ich werde Ihnen nachher mal den Zaun zeigen, da kann man vieles sehen.“
Also: „Es ist ganz schrecklich“ und „Das ist ja schamlos“; aber: Sich an den Zaun schleichen um sich beim Kaffeeklatsch über „das Schreckliche“ und „Schamlose“ unterhalten zu können — was ist das?“

Ein deutscher Lichtfreund berichtet uns aus Stanislaw in Polen:

„Der großen Hitze, welche in der zweiten Julihälfte unsere Gegend heimsuchte, verdankte der Fluß Bystrzyca den Besuch einer ungeheuren Menge Badender aus allen Bevölkerungskreisen unserer Stadt. Das Bild des BADELEBENS war infolgedessen, besonders was die Badekleidung anbelangt, von größter Mannigfaltigkeit. Angefangen von den modernen Badetrikots bis zu den grotesken Badekleidern unserer Großmütter und zu den bis an die Knöchel reichenden Damenhemden konnte man die Entwicklungsgeschichte des Badekostüms im letzten Jahrhundert bestens studieren.“

Vor kurzem erlebten die am linken Flußufer Badenden eine seltsame Ueberraschung. Am gegenüberliegenden Ufer erschien plötzlich ein schönes braungebranntes Mädel im Lichtkleid. Bestürzung und Schrecken bemächtigte sich der im Wasser herumplätschernden Matronen von Stanislaw, welche beim Anblick des Mädels zu schimpfen, zu jammern und zu zetern begannen und nach ihren Männern riefen, die sich ebenfalls weidlich entrüsteten. Schließlich rissen die entsetzten Damen ihre neugierigen Sprößlinge und ihre manchmal widerspenstigen (!) Ehegatten mit sich fort und alles floh aus dem Bade, als ob eine apokalyptische Bestie herannahen würde. Unterdessen war das Mädel langsam über den sonnigen Strand geschritten, ins Wasser gestiegen und schwamm dort fröhlich hin und her. Durch den Lärm der erschreckten Damen von Stanislaw aufmerksam gemacht, erschien ein Polizist, der sofort die Verfolgung aufnahm. Die nackte Gestalt, deren Antlitz man infolge der Entfernung nicht hatte erkennen können, wartete jedoch nicht auf das Herannahen der rächenden Gerechtigkeit, sondern nahm ihre Kleidung und entfloß wie ein Reh über die Felder. Vergebens verfolgte sie der pflichtbewusste Hüter des Gesetzes und strengte alle seine Kräfte an, um das Mädchen zu fangen. Dieses aber war schneller und im Laufen geübter als der Wächter der Sicherheit und Sittlichkeit. Bald mußte der atemlose Polizist die Verfolgung einstellen und das Mädel verschwand in den hohen Kornfeldern.

Der Vorfall hat großes Aufsehen erregt, die Presse hat sich seiner bemächtigt und ein ganz Naiver könnte aus der Entrüstung, welche diese Angelegenheit ausgelöst hat, recht schmeichelhafte Schlüsse auf die Sittlichkeit unserer Stadt ziehen. Und doch...

Aus Zeitungsberichten geht hervor, daß die geheime Prostitution in unserer Stadt in einem ganz erschreckenden Ausmaße zugenommen hat, daß binnen kurzem fünf „maisons de rendez-vous“ von der Polizei entdeckt, geschlossen und deren Besitzer verhaftet wurden, daß die Mitbesitzerin und lebhaft Teilnehmern an den Orgien eines derartigen Etablissements die junge Frau eines Schuldirektors war, daß die Besucherinnen den besten Kreisen der Stadt entstammten (Frauen und Töchter von Beamten, Lehrern, Kaufleuten, Studentinnen und dergl.) und daß auch die Besucher der Elite der Stadt angehörten (höhere Beamte, Angestellte, angesehene Kaufleute, unter ihnen der Großteil Besitzer akademischer Grade).

Gemeine Orgien in den Spelunken der Unzucht? Ja! Freude an Licht und Sonne, unschuldiges Nacktbaden? Beileibe nicht! Das ist die Sittlichkeit von heute...

BLICK IN DIE ZEITUNG

Sachsen

„Es ist unliebsam aufgefallen, daß die Kleidung der Mädchen bei den Aufmärschen zu sportlichen Veranstaltungen der Schulen nicht allenthalben den Anforderungen an Sitte und Anstandsgefühl entspricht. Das sächsische Volksbildungsministerium hat deshalb angeordnet, daß zukünftig die Schülerinnen bei den Aufmärschen unbedingt Bluse, Turnhose, Rock, Söckchen und Turnschuhe zu tragen haben. Im einzelnen gilt:

Bluse: weißer, dichter Panamastoff oder derber Hemdenstoff; Trikotstoff nicht erlaubt; nicht anliegend, reichlich weit, kleiner runder Halsausschnitt, breite Achseln, nicht zu weiter Armausschnitt. Hose: nicht zu kurz. Rock: dunkler Straßenrock, der über der Bluse zu tragen ist. Es ist erwünscht, daß sich die Schülerinnen außer den Turnhosen auch einheitliche Röcke in der Farbe der Turnhosen (Schulfarbe) anfertigen. Bein- und Fußbekleidung: weiße Söckchen und Turnschuhe. Kopfbedeckung: Schülermütze, oder andere leichte Mütze, die im Nadelarbeitsunterricht hergestellt werden kann, oder keine Kopfbedeckung; auf alle Fälle aber einheitlich.

Schmuck und Uhren dürfen nicht getragen werden. Die vorhandene Turnkleidung ist entsprechend diesen Vorschriften abzuändern oder zu ersetzen, was aus Ersparnisgründen tunlichst im Nadelarbeitsunterricht geschehen möchte. Schülerinnen, die keine diesen Vorschriften entsprechende Kleidung besitzen, dürfen in diesem Jahre in Straßenkleidern an den Aufmärschen teilnehmen.“
(Dresdener Nachrichten)

„Anständige Bekleidung auch beim Rudersport

Vom Polizeipräsidium wird mitgeteilt: Es sind wiederholt Beschwerden darüber eingegangen, daß beim Bootsverkehr aller Art auf den Gewässern Leipzigs die Beteiligten oft nur mit Badehose oder auch sonst äußerst dürftig bekleidet sind und sich so ohne jede Rücksicht auf die Empfindungen des Publikums in ungeniester Weise frei bewegen. So sehr das Polizeipräsidium den Rudersport gutheißt und ihn auch in jeder Weise zu fördern gewillt ist, kann es ein derartig schamloses Treiben nicht weiter dulden und wird hiergegen mit aller Strenge vorgehen, nötigenfalls die Betroffenen festnehmen und entsprechende Bestrafung herbeiführen.“
(Leipziger Neueste Nachrichten)

Bayern

„Bek. d. Staatsmin. d. Inn. v. 21. 7. 33 Nr. 2535 a 13 zur Bekämpfung öffentlicher Unsittlichkeit.“

Aufgabe der nationalen Regierung des nationalen Staates ist auch die sittliche Erneuerung des deutschen Volkes. Zur Bekämpfung öffentlicher Unsittlichkeit ordne ich daher im Einvernehmen mit der Staatskanzlei und dem Staatsminister für Wirtschaft an:

1. Beitr. Schmutz in Schrift und Bild; hier ist auch die Rede von „Zeitschriften, deren Titelblätter Nacktbilder und dergleichen enthalten“.

2. Besonderes Augenmerk ist der Wahrung von Sitte und Anstand beim öffentlichen Baden zuzuwenden. Hierwegen wird auf die neu erlassenen Oberpolizeilichen Vorschriften des Staatsministeriums des Innern vom 6. Juli 1933 (StAnz. Nr. 155) hingewiesen, denen der entsprechende Vollzug zu sichern ist. Dies gilt insbesondere für die Vorschriften über die Kleidung beim Baden. Ebenso ist gegen die Unsitte einzuschreiten, daß sich Personen im Badeanzug in Gaststätten zeigen, die nicht zur Badeanstalt gehören oder unmittelbar von dieser aus zugänglich sind.

Gegen das öffentliche Nacktbaden ist unnachsichtlich einzuschreiten. Ebenso ist die Nacktkulturbewegung, auch wenn sie in abgeschlossenen Räumen oder Plätzen stattfindet, rücksichtslos zu unterdrücken.

3. Auch das Dirnenunwesen erfordert entsprechende Beachtung . . .“

(Bayr. Staatszeitung)

Die nächste Nummer unserer Zeitschrift
erscheint Anfang September!

ÜBERSICHT U. MITTEILUNGEN

der dem Kampfring für völkische Freikörperkultur, Sitz Berlin, angeschlossenen Bünde und Vereinigungen

Führer des Kampfringes: Landtagsabgeordneter Bückmann, Dessau, Staatsministerium. — Geschäftsstelle der Reichsleitung: Berlin-Halensee, Kronprinzendamm. Briefanschrift: Berlin-Halensee, Postfach. Fernruf: J 7 Hochmeister 6932.

Landesverband Berlin - Brandenburg, Führer Ortsgruppenleiter W. Mauhoff, Berlin NW, Dorotheenstr. 42.

Deutscher Bund für Freikörperkultur e. V.

Berlin W 30, Maaßenstr. 14.

Deutsche Luftbadgesellschaft e. V.

Berlin-Mariendorf, Chausseest. 284.

Bund für Körperkultur und Naturschutz e. V.

Anschrift: Berlin W 9, Schließfach 32.

Sparta sportliche Vereinigung e. V.

Berlin-Halensee, Postfach.

Lichtsportfreunde e. V.

Berlin-Reinickendorf-Ost, Provinzstr. 28.

Uederland e. V.

Finowfurt bei Eberswalde.

Sonnensportbund Nord

Berlin-Tegel, Postfach.

Schwanheider Bund

Landsberg a. Warthe, Steinstr. 12 III.

Kleingarten und Erholungsstätte, Pätzer Sonnenheide e. V.

Berlin-Borsigwalde, Behrendstr. 54.

Neusonnlandbund e. V.

Berlin NW 7, Postschließfach 24.

Jugendgelände Birkenheide e. V.

Berlin N 20, Hochstr. 11.

Freilichtbund Märchenwiese

Post Motzenmühle, Kreis Teltow.

Gau Brandenburg des Treubund für aufsteigendes Leben

Berlin S 14, Sebastianstr. 75.

Bund Brandenburgischer Lichtfreunde

Brandenburg, Wärdorf 18.

Landesverband Anhalt, Führer C.

Bückmann, M.d.L., Dessau, Mildensee.

Landesverband Baden, Führer Dr.

Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Bayern, Landesführer

Oberst a. d. Bolte, München 23, Germaniastraße 5.

Landesverband Bremen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Brandenburg, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Berlin - Brandenburg, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Berlin - Brandenburg, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Berlin - Brandenburg, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Berlin - Brandenburg, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Berlin - Brandenburg, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Berlin - Brandenburg, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Berlin - Brandenburg, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Berlin - Brandenburg, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Berlin - Brandenburg, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Berlin - Brandenburg, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Berlin - Brandenburg, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Berlin - Brandenburg, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Berlin - Brandenburg, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Berlin - Brandenburg, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Berlin - Brandenburg, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Berlin - Brandenburg, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Berlin - Brandenburg, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Berlin - Brandenburg, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Berlin - Brandenburg, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Oesterreich, Landesführer

Ingenieur Rudolf Pilz, Wien 1, Riemergasse 14.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Sachsen, Landesführer

Kurt Preisser, Leipzig C 1, Zerbster-Straße 25 I.

Landesverband Schlesien, Landesführer

Joh. Polombski, Breslau, Kaiser-Wilhelm-Str., Sporthaus Schlesien.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51.

Landesverband Ostpreußen, Landesführer

Dr. Ernst Waag, Neckar-Gmünd, Mühlrain 51

Freunde aus dem ganzen Reich bei Sport und Spiel, abends beim Volkslied zusammen.
Aufnahmebedingungen und Werbeschrift anfordern.

— **Jugendgelände Birkenheide e. V.** Geschäftsstelle: H. Weißflog, Berlin N 20, Hochstr. 11, Tel.: D 6 Wedding 6683.

Die Birkenheide liegt am Motzensee, Westufer des nördlichen Seespiels. Anfahrt über Zossen, Mittenwalde oder Königswusterhausen. — Aufgenommen werden Jüngere bis zu 25 Jahren; die Aufnahme Älterer unterliegt besonderen Voraussetzungen.

Sonntäglicher Übungsplan. Morgens Waldlauf, vormittags Frauen- und Männergymnastik (für Männer verbindlich); außerdem: Sportliche Ballspiele wie Faust-, Völker- und Schnurball, Schwimmen, verschiedene leichtathletische Übungen, Geländearbeit. — Übernachtung im Dorf oder im mitzubringenden Zelt.

Leichtathletische Übungen: Regelmäßig Freitags im Deutschen Stadion, Beginn gegen 18 Uhr.

— **Sparta, Sportliche Vereinigung e. V.** Berlin. Briefanschrift: Berlin-Halensee, Postfach.

Sportgebiete: Schwimmen, Wasserball, Rettungsschwimmen, Leichtathletik, Handball, Faustball, Ring-Tennis, Tisch-Tennis, Gymnastik und Wandern.

Jeden Montag und Donnerstag abends um 8.30 Uhr im Lunawellenbad Wasserballspiele gegen Mannschaften der Berliner Hochschulen und des Wachregiments Berlin.

Jeden Dienstag und Freitag im Deutschen Stadion ab 18 Uhr leichtathletische und schwimmerische Vorbereitung zum Deutschen Abzeichen für Leibesübungen und den Auszeichnungen der Deutschen Lebensrettungsgesellschaft.

Jeden Sonnabend und Sonntag: Wochenendfahrten auf die Sportgelände der FKK-Bünde an den märkischen Seen.

Gäste können nur durch Mitglieder eingeführt werden. Anfragen in allen Fällen an die Geschäftsstelle Berlin-Halensee, Postfach.

— **Freilichtbund Märchenwiese**, Briefanschr. Wilhelm Bartsch, Sportgelände Märchenwiese, Post Motzen, Kreis Teltow.

Größtes und schönstes FKK-Sportgelände, über 1200 m Seefront. Das Gelände steht allen Mitgliedern der dem Kampfring angeschlossenen Bünde gegen Vorzeigung der ordnungsmäßigen, mit Kampfringkontrollmarke versehenen Mitgliedskarte offen. Geländegebühr für Tagesbesuch 0,50 RM und für Übernachtungen in Zelt oder Baracke 1,— RM, bzw. 0,30 RM. Verpflegungsmöglichkeit auf dem Gelände.

— **Sonnensportbund Nord**, Berlin-Tegel, Postfach.

Gelände: 17 Morgen großes idyllisches Gelände mit Badestelle (2½ km ab Bahnhof Hennigsdorf) an der Straße nach Velten.

Treffen: Jeden Sonnabend und Sonntag auf dem Gelände. Faustball, Ring-Tennis, Leichtathletik, Schwimmen. — Übernachtungsgelegenheit im Geländeheim.

Braunschweig: Ortsgruppe des Kampfringes für völk. FKK. F.: Adolf Veidt, Braunschweig, Bergfeldstr. 7. Sprechzeit: Donnerstag 19–20 Uhr. Fernsprech-Nr. 3600.

Gelände: an der Schunter bei Querum. Treffen: Jeden 3. Mittwoch im Monat im Vegetar. Speisehaus, Ehrenbrechtstraße. — Sonntags 9–11 Uhr: Gemeinsame Gymnastik.

Chemnitz: Vereinigte Lichtfreunde Chemnitz e. V. F.: Paul Epperlein, Chemnitz, Casparistraße 3. P.-Sch.: Leipzig 36627.

Gelände: Eigenes Gelände in Oberlichtenau bei Chemnitz.

Treffen: Im Vereinsheim des Vereins „Allianz für Biochemie zu Chemnitz e.V.“, Reitbahnstraße 40, 2 Treppen.

Wichtige Veranstaltungen: 20. August, 14 Uhr, Kinderfest mit Lampion-Umzug am 19. August. Jeden Sonntag Treffen auf dem Gelände zu Gymnastik, Sport und Spiel.

Änderungen und besondere Mitteilungen sind im Aushängekasten, Ziegelstraße 4, zu ersehen. Auch Frd. Erich Reichardt ist zu telefonischen Auskünften gern bereit. T. 25109.

Dessau: Kreis für freie Lebensgestaltung. Führer: Karl Bückmann, Mildensee bei Dessau, Pötnitz 33.

Gelände nahe der Stadt, dort jeden Mittwoch und Freitag nachmittag und abend: Gymnastik- und Spielstunde. Auch sonst ist das Gelände für die Mitglieder jederzeit zugänglich.

Dresden: Bund der Sonnenfreunde e. V. F.: Kurt Göhler, Dresden-A 1, Walpurgisstraße 4. Mündl. Ausk. nur Freitags von 17–20 Uhr, sonst nach vorheriger Anmeldung. (Schriftl. Anfragen mit Rückporto!) K.: Willy Blume, Dresden-A 24, Gutzkowstraße 16. Tel. 48706. PSch: Dresden 17232. Bund der Sonnenfreunde e. V. Dresden.

Gelände: Teich mit Wald, Wiese und Spielplätzen. Zwei Hütten (keine Übernachtungsangelegenheit). Gymnastik Besuch des Geländes nur nach rechtzeitiger vorheriger Anmeldung beim Vorsitzenden.

Jeden Sonntag Treffen zu Spiel und Sport auf dem Gelände. Jeden Donnerstag von 18–21 Uhr: Leichtathletik und Sportgymnastik auf der Ilsen-Kampfbahn.

Bei allen Veranstaltungen sind Mitglieds- bzw. Gastkarten unbedingt bei sich zu führen.

Dortmund: Kampfring für völkische Freikörperkultur, Ortsgruppe Dortmund. F.: Fritz Gerling, Dortmund, Matthias-Grünwaldstr. 54. Postsch. 3268 Dortmund. S.: Liesel Weinert, Dortmund-Hombruch, Froeschloch.

Für Herne und Umgegend: Peter Kurth, Herne 1. Westf., Rottstraße 122 e.

Gelände: Leicht erreichbares Waldgelände bei Witten a. d. Ruhr.

Essen: Bund für Lebensreform, Essen und Umgebung. F.: Karl Rogalla, Essing, Söllingstr. 80. Treffen zwecks Wanderung, Sport etc. regelmäßig. Auskunft bei dem Führer und den Auskunftsstellen für Oberhausen und Mülheim: Fritz Groß, Oberhausen, Konkordiastr. 38. Auskunftsstelle für Duisburg-Hamborn: Pothmann, Duisburg-Ilamborn, Alleestr. 45.

Halle-Saale: Lichtbund Sonnenland e. V. F.: Walter Scholz, Reformhaus, „Licht“ Landwehrstraße 17.

Jeden Dienstag 20 Uhr kommen wir bei Freund König zusammen, wo wir auch über weitere Taten reden — wollen.

Sonntags und wie es die Zeit erlaubt, finden wir uns auf unserem Gelände bei Sport, Arbeit und Spiel ein.

— **Kampfring für völkische Freikörperkultur, Ortsgr. Halle.** Die bisherige Ortsgruppe der Liga 1. freie Lebensgestaltung hat sich in ihrer Gesamtheit dem Kampfring angeschlossen und trägt in Zukunft die obige Bezeichnung. — Jeden Sonntag auf unserem Gelände vorm. 10 Uhr Gymnastik, anschließend Sport- und Turnbetrieb (Pflicht), Leichtathletik, Ballspiele, wie Faust-, Völker- und Medizinball, Ringtennis u. Schwimmen. Der Besuch unseres Geländes schließt die Verpflichtung ein, sich je nach körperlicher Befähigung, sportlich zu betätigen. — Jeden Donnerstag abends auf unserem Gelände Sportabend, rege Beteiligung ist erwünscht. — Anfang August beteiligen wir uns am Sporttreffen in Leipzig. Näheres wird noch bekanntgegeben. — Es wird nochmals darauf hingewiesen, daß zum Betreten des Geländes der Ausweis erforderlich ist. Einzuführende Gäste sind unbedingt vorher der Führung zu melden.

Hamburg: Kampfring für völkische Freikörperkultur, Ortsgruppe Groß-Hamburg.

Donnerstags abends 20–22 Uhr Turnen und Gymnastik in d. Turnhalle Griesstr. 101 (beim Vorortsbahnhof Hasselbrookstraße). — Freitags 20 Uhr zwanglose Heimabende Lübecker Str. 4 ptr. lks. (Reformi). — Sonntags Sport auf dem Gelände Schenefeld. Wanderungen und Faltbootfahrten nach Vereinbarung an den Gymnastikabenden.

Günstig erreichbares Gelände in Schenefeld. Höhensonnenbestrahlungen Lübecker Straße 4 (Reformi). Termin des Beginns der Winter-Schwimmabende wird demnächst bekanntgegeben.

Hannover: Freikörperkulturbund Sonnenland. F.: A. Zierhut, Hannover, Hildesheimer Str. 123. Gelände nahe der Stadt, mit Straßenbahn zu erreichen. Jeden Sonntag daselbst Zusammenkunft. — Gymnastik (Pflicht), Faustball, Ring-Tennis, Leichtathletik, Schwimmen, im Winter Höhensonne und Gymnastik in einem Saal.

Köln: „Neues Leben“ Bund für aufartende Lebensführung und nordische Sittenklarheit e. V. Köln, Hauptpost, Schießf. 434.

Auf H.-V. wurde Albert Averding zum Bundesführer gewählt. Jede Woche „Deutsche Gymnastik“ auf den Rheinwiesen. Gemeinschaftssportkleidung: hautbraune Turnhose, Oberkörper weißes ärmelloses Trikot. Beiträge: Erwerbslose: 50 Pfg., bei Einkommen unter 120,— RM. 75 Pfg., über 120 RM. 1,— RM.

Freikörperkultur e. V. Leipzig. Kommissar Vorsitzender: Kurt Preißer, Leipzig C 1, Zerbster Str. 25. II. PSch: Leipzig 3263. K.: A. Kobes, Leipzig N 25, Mockauer Str. 66. Zeitschriftenstelle: R. H. Richter, Leipzig C 1, Nordstr. 22.

Treffen: Sonn- u. Feiertage auf dem Gelände mit Gymnastik, Die u. Do. ab 13.00 im Luftbad zu Gohlis. 24. 8. Abendwanderung 19.15 ab Märchenwiese. Endst. 14. — 13. 9. Mitgl.-Vers. A.S.H. 20.00

Vereinigung für neuzeitliche und gesunde Lebensgestaltung E. V., Leipzig.

Alle Zuschriften an E. Kaiser, Leipzig N 22, Wilhelmshavener Str. 2a. Tel. 57974.

Treffen: Auf dem Gelände, Ausweis stets bei sich führen.

München: Sonnenbund München. Der Bund besitzt ein 7/8 Tagwerk großes an der Amper gelegenes Gelände. Dasselbe ist mit der Bahn oder zu Rad in ¼ Stunden zu erreichen. Gymnastik und Sportspiele finden im Sommer auf dem Gelände statt. Heimabende des Bundes alle 14 Tage. Näheres unter Tel. 55957.

Völkischer Freikörperkulturbund: Vereinigte Lichtfreunde Stettin. Führer: Fritz Dittmer, König-Albert-Straße 19, II. Sprechstunde nur Montags von 19–21 Uhr. Kasse: PSch. Stettin Nr. 5976 lautet auf Vereinigte Lichtfreunde Stettin.

Ab 1. Juli 1933 zahlen alle Mitglieder den halben Beitrag (0,75/0, 50/0, 25) bis zur Wiedereröffnung des Geländes. — Mitglieder, welche länger als 3 Monate mit dem Beitrage im Rückstand sind, erfahren diese Vergünstigung nicht. — Bitte zahlt auch jetzt pünktlich die Beiträge, damit wir den Kampf bestehen und einen Fonds für bessere Zeiten sammeln können.

Nachbargelände Ueberland kann z. Z. mit unserer Mitgliedskarte besucht werden, wenn diese in Ordnung!

Stuttgart u. Umgebung. Freikörperkultur e. V. Stuttgart. F.: Fritz Statkus, Stuttgart, Kronenstr. 13.

Gelände: Unser Gelände ist uns vorläufig geschlossen; wir hoffen es aber in der nächsten Zeit wieder frei zu bekommen.

Treffen: Jeden ersten und dritten Donnerstag im Monat im Reform-Speisehaus Paul David, Stuttgart, Charlottenstr. 8

Wuppertal: Lichtbund, Vereinigung für Lebenserneuerung e. V. F.: Friedrich Hasselblatt, Wuppertal-Barmen, Sedanstr. 63.

K.: Alfred Krebs, W.-Barmen, Bismarckstr. 87. Postscheck: Essen 30522.

Gelände: In der Nähe von Hasslinghausen waldiges 22 Morgen großes Gelände.

Zittau: Gemeinschaft Oberlausitzer Lichtfreunde. F.: Georg Vater, Umlandstr. 3. Gelände: unverändert.

Veranstaltungen: Montags Gymnastik und Volkstänze in der städtischen Turnhalle ab 20 Uhr.

Sportfest der Pätzer Sonnenheide

Nachdem der Lichtbund Pätzer Sonnenheide erfolgreich am Sportfest der Berliner Bünde teilgenommen hat, veranstaltete er am 29. und 30. Juli auf dem Eigengelände das Sommer-Ferien-Sportfest. Es stand im Zeichen der nationalen Erleichterung und zeigte so recht das tiefinnerste Bestreben der Mitglieder, den Ruf der großen Führer nicht ungehört vorbeizulassen! Das Fest bewies in aller Deutlichkeit, daß die F.K.K. eine Bewegung ist, die unbedingt beachtet werden muß; die keine totgeschwiegene oder geduldete Angelegenheit sein kann.

Der Vorabend leitete durch Gesang, Volkstänze und Vorträge das Fest ein.

Die Resultate waren:

Mannschaften:	Hochsprung	Kugelst.	Diskus	Faustball
Gruppe Moabit I	40	127	428	10
Gruppe Moabit II	28	41	243	—
Gruppe Lichtenberg	24	47	119	12
Gruppe Norden	39	74	431	7

Im Frauen-Dreikampf (Hochsprung, Kugelstoßen und Speerwerfen) wurden gute Resultate erzielt. Die Wasserballspiele zeigten große Geschicklichkeit.

Die Frauen-Faustballspiele endlich versprechen bei fleißigem Weiterüben beachtenswert zu werden.

Jugendgelände Birkenheide

Schwimmen über den Motzensee am Sonntag, den 20. August. Diese seit dem Bestehen der Birkenheide jährlich wiederholte Veranstaltung soll vor allem den weniger Geübten durch die Teilnahme in der größeren Gruppe unter der Sicherung zahlreicher Begleitboote die Möglichkeit geben, eine längere Strecke zu bewältigen. Die Strecke beträgt je nach der Wassertemperatur 1500 bis 2500 Meter. Der Schwimmstil ist frei. Die Teilnehmer treffen sich gegen 11.30 Uhr auf der Birkenheide.

Anordnungen der Reichsleitung des Kampfringes für völkische Freikörperkultur

18. Mit Wirkung vom 2. 8. 33 ist der Kampfring in den „Nationalverband für Volksgesundheit e. V. Berlin“ eingegliedert worden. Führer dieses Nationalverbandes ist Dr. B. Hörmann, der Leiter der Abteilung Volksgesundheit der NSDAP, zurzeit Kommissar im Reichsministerium des Innern, Berlin.
19. Die sich aus dieser Eingliederung und der in Aussicht stehenden Zusammenarbeit mit dem Reichssportführer ergebenden notwendigen organisatorischen Aenderungen und sonstigen Maßnahmen werden den Bünden nach Rücksprache mit den zuständigen Stellen über die Landesführer zugeleitet. Mit Rücksicht hierauf ist ab sofort jede Aenderung der zurzeit bestehenden Rechtsformen und organisatorischen Formen der Bünde und Gruppen einzustellen.
20. In den Kampfring neu aufgenommen wurden zum 1. 8. 33 folgende Bünde:
 - a) Ortsgruppe Plauen des Kampfringes Plauen i. V.
 - b) Völkischer Bund für Gesundheitspflege, Essen
 - c) Freiluftbund Hamburg e. V., Hamburg
 - d) Bund Brandenburgischer Lichtfreunde, Brandenburg
21. Abgelehnt wurde die Aufnahme folgender Bünde:
 - a) Ehemalige Arbeitsgemeinschaft der Liga Dortmund
 - b) Ehemalige Ortsgruppe des A.F.K. Dortmund
 - c) Die Neugründung eines Herrn A. Rachel, Wuppertal - Barmen

Wir machen in diesem Zusammenhang nochmals darauf aufmerksam, daß wir jeden Versuch marxistischer oder pazifistischer usw. Elemente, unter irgendwelcher Tarnung in den Kampfring hineinzukommen, mit der nötigen Schärfe zu verhindern wissen werden.

22. Ein Einzelfall gibt uns Veranlassung, darauf hinzuweisen, daß in solchen Fällen, wo aus den Bünden wegen ihrer marxistischen Vergangenheit ausgeschlossene ehemalige „Führer“ und Mitglieder sich nunmehr als Denunzianten und Provokateure zu betätigen versuchen, diese sofort den zuständigen Polizeistellen unter Schilderung des genauen Sachverhalts zu übergeben sind. Meidungen in jedem Einzelfall an den Landesführer und die Reichsleitung.
23. Der RFK. (Reichsverband) hat am Sonntag, den 6. 8. 33, einen außerordentlichen Verbandstag einberufen, zu dem folgende Vertreter erschienen waren: Herr Professor von Hauff, Herr Kopka, Fräulein Lipiinsky und Herr Backhaus, alle Berlin. In dieser Sitzung, in der die Liquidation des RFK. beschlossen wurde, hat Herr Kopka sich fälschlicherweise als bevollmächtigtes Vorstandsmitglied der „Deutschen Luftbadgesellschaft“ bezeichnet. Wir stellen fest, daß die Deutsche Luftbadgesellschaft uns bereits am 6. 6. 33 mitgeteilt hat, daß Herr Kopka mit sofortiger Wirkung seines Amtes als 2. Vorsitzender enthoben und aus der DLG. ausgeschlossen sei. Außerdem vertrat Kopka die in Liquidation befindliche „Liga für freie Lebensgestaltung“. Das Kapitel RFK. ist mit dem gezwungenermaßen herbeigeführten Liquidationsbeschluß dieses Verbandstages endgültig abgeschlossen, sodas sich weitere Ausführungen hierüber erübrigen.
Berlin, den 8. August 1933

Die Reichsleitung des Kampfringes

Für Sport und Massage nur **NIVEA-ÖL**

Denn es enthält das hauptpflegende Eucerit, u. darauf beruht seine überraschend wohltuende Wirkung. Nach dem Einreiben spüren Sie die Abkühlung weniger. Tägliche Behandlung mit Nivea-Öl kräftigt Ihre Haut, sodass sie ihren Aufgaben als Atmungs- und Ausscheidungsorgan besser gewachsen ist. Ein Sportler schreibt: „Ich habe Ihr Nivea-Öl in unserer feuchten Luft u. auch unter fast tropischer Hitze im Süden vielfach benutzt; als Kälteschutz und auch gegen

Sonnenbrand hat es mir die grössten Dienste geleistet.“

Nivea-Öl in Flaschen
RM o. 50, 1.— u. 1.60



Für Licht, Luft u.
Sonnenfreunde!



Der „Badebeiß“.

Seitdem das Freibaden mit nachfolgendem Luft-, Licht- und Sonnenbad sich allgemeiner Beliebtheit erfreut, melden sich Jahr für Jahr während der sonnenreichen Monaten Personen, die an stark juckendem oder brennendem Ausschlag leiden, weil sie tags zuvor im Grase von Uferwiesen gelegen haben. Kleine und große Quaddeln, Blasen bis zu Pfenniggröße bedecken den Körper. Nach höchstens einer Woche ist der Ausschlag abgeheilt, hinterläßt aber eine bräunliche Verfärbung der Haut. Im Wiener Vorort Ottakring, wo die Krankheit zuerst beobachtet ward, hat sie den Namen „Badebeiß“ erhalten. Untersuchungen ergaben, daß weder das Wasser noch die Sonne, auch nicht etwa Milben oder andere tierische Lebewesen als Ursache der Hautreizung anzusehen seien, sondern daß Pflanzen die Schuldigen sind, und zwar Wiesengräser, Seggen, Binsen, Simsen, Schilf. Die Erkrankung tritt aber nur dann auf, wenn die Haut des Lagernden von ganz besonderer Empfindlichkeit ist. Da aber niemand ohne schmerzhaft Erfahrung wissen kann, ob ihm diese Ueberempfindlichkeit zu eigen, lege man sich nach dem Bade auf keinen Fall ungeschützt ins Gras!

25 Jahre Diaderma, das bedeutet
25 Jahre biologische Körperpflege
durch Hautölung. 1908 begründete M.E.G. Gottlieb, Heidelberg,
mit seinem Hautfunktionsöl Diaderma diese neue Körperkultur!

Diaderma

25

Körperkultur im Rokoko

Unter Rokoko verstehen wir den Lebens- und Kunststil des 18. Jahrhunderts, der die Wucht des Barock in spielerische Anmut auflöste. Wenn wir die Malerei jener Zeit untersuchen, finden wir immer und immer wieder Darstellungen des Nackten. Entsprechend dem ganzen Geschmack jener Zeit — die man ja auch die „galante“ nennt — malte man auch, und so zeigen sich alle diese vielen Rokokonympfen und -nixen, Göttinnen und Schäferrinnen in einer gewissen eleganten-ja pikanten Nacktheit; dasselbe findet man auch bei den damals so beliebten Gartenstatuen. Nacktheit war im Rokoko nicht verpönt, zeigte doch selbst der Alte Fritz Gefallen an einem Gartenfest, das ein reicher märkischer Magnat ihm zu Ehren gab und bei dem die Wiesen und Haine und Gewässer der ausgedehnten Besitzung von nackten Göttern und Göttinnen belebt waren. (Das ganze Personal des Gutes mußte nämlich mitspielen.) Die Marquise von Pompadour, die ebenso schöne wie kluge Geliebte Ludwigs XV., fand so viel Freude an der Darstellung menschlicher Körperschönheit, daß sie nicht nur die Zimmer ihres Schlosses mit Aktbildern allererster Künstler schmückte, sondern sogar selbst dem Maler Boucher für die Riesengemälde ihres Boudoirs freiwillig Modell stand und auf diese Weise der Nachwelt in den verschiedensten — teilweise allerdings sehr gewagten — Situationen als herrlich gewachsene Eva erhalten blieb.

Es ist nun rätselhaft, daß diese doch wahrhaftig nicht prüde Rokoko-Gesellschaft so wenig — ja man kann sagen überhaupt keine Körperpflege kannte! An der „Schamhaftigkeit“ hat es nicht gelegen, denn man genierte sich ja nicht, sich vor Personen des anderen Geschlechts an- oder auszukleiden. Aufstehen und Schlafengehen von Königen und Königinnen, von Kardinälen (!), von offiziellen Maitressen, Damen und Herren „von Stande“ waren stets Haupt- und Staatsaktionen und spielten sich vor zahlreichen Menschen beiderlei Geschlechts ab. Heute würde es wohl kaum angehen, daß ein Herr oder eine Dame, welcher Gesellschaftsklasse sie auch angehören mögen, ihre Besuchsstunde auf diese Weise einrichtete, damals war das etwas anderes, denn man wußte zwar mancherlei von Körperpflücke — aber nichts von Körperpflege. Reinlichkeit war nahezu unbekannt. Eine Anstandslehre von 1782 verbietet geradezu den Gebrauch des Wassers und sagt: „Es gehört zur Reinlichkeit, sich jeden Morgen das Gesicht mit einem weißen Leinen abzureiben...“ — „Der Anstand verlangt“, schreibt dieses selbe Buch an anderer Stelle, „daß man nicht zuviel Schmutz in seinen Ohren ansammeln läßt, sondern sie von Zeit zu Zeit mit einem Instrument reinigt, das besonders zu diesem Zweck erfunden ist. Es empfiehlt sich, die Nägel nicht voll Schmutz zu haben und es ist sehr häufig, sich mit der bloßen Hand zu schnauben, oder die Nase am Ärmel abzuwischen...“

Ein anderes Lehrbuch, das 1640 zum ersten Male erschienen war, im Laufe des 18. Jahrhunderts aber wiederholt nachgedruckt wurde, sagt: „Man sollte manchmal in eine Badeanstalt gehen, um seinen Körper sauber zu erhalten, auch sollte man sich alle Tage

die Mühe geben, sich die Hände zu waschen...“ Antoine de Courtain, dessen Anstandslehre im 17. und 18. Jahrhundert häufig aufgelegt wurde, fügt hinzu, man solle sich sogar — die Füße waschen! Zwei berühmte Aerzte, die Brüder Bordeu, bekämpften in ihrem 1775 veröffentlichten Werke über die chronischen Krankheiten sogar die übertriebene Reinlichkeit, da sie der Gesundheit und dem Vergnügen (!?) schade.

Es leuchtet ein, daß unter diesen Umständen Badezimmer etwas ziemlich unbekanntes und Badeanstalten sehr selten waren. Man hatte wohl in einigen Schlössern Wannen, so groß, daß sie für mehrere Personen ausreichten, so z. B., wie Max von Boehn in seinem großen Werk über Frankreich im 18. Jahrhundert berichtet, in Genlis eine solche für vier Personen, in Versailles eine so große, daß sie, nachdem sie jahrelang vermauert gewesen war und beim Umbau der ehemaligen Zimmer der Pompadour wieder entdeckt wurde, als Schale für einen Springbrunnen verwendet werden konnte; als Bedürfnis der Reinlichkeit bestanden sie sozusagen nicht. (Die schöne Jeanne Antoinette scheint also eine rühmliche Ausnahme gewesen zu sein und gebadet zu haben!) Im Anfang des 18. Jahrhunderts besaß die große Stadt Paris — zwei Badeanstalten, in denen man Wannen- und Dampfbäder nehmen konnte. Am Ende dieses Jahrhunderts hatten sie sich immerhin auf zehn vermehrt, von denen jede etwa zehn bis fünfzehn Wannen zählte. Doch darf hierbei nicht verschwiegen werden, daß diese Anstalten von anständigem Publikum nicht besucht wurden, sie genossen nämlich einen schlechten Ruf und waren in Wirklichkeit — Bordelle! Wen damals das Gelüst anwandte, ein Bad zu nehmen, der ließ sich eine Wanne leihweise in sein Haus holen und gab sie nach der Benutzung zurück.

Flußbäder zu nehmen, war in besseren Kreisen etwas sehr ungewöhnliches. Als der Unternehmer Turquin 1731 in einem Seitenarm der Seine eine Badeanstalt anlegte, die auf ständigen Durchfluß des Wassers eingerichtet war, da glaubte er sie noch als „Chinesisches Bad“ empfehlen zu müssen. — Man kann sich leicht vorstellen, welche „Luft“ diese elegante, geputzte Gesellschaft um sich verbreitete. Bei einem Diner, das der Herzog von Chaulnes 1750 in Rouen gab, hatte die Präsidentin de Cussy einen Tischnachbar, der so erbärmlich stank, daß sie es nicht aushalten konnte, und da er sich auf Bitten der Dame nicht entfernte, ließ ihn der Herzog verhaften! — Im Jahre 1741 starb die Gräfin Vintimille du Luc, die einst eine Maitresse Ludwigs XV. gewesen war. Ob sie einstmals appetitlicher war, ist nicht verbürgt, jedoch anzunehmen. Graf Vintimille sprach nämlich von seiner teuren Gattin nicht gerade liebevoll. „Diese große Stute stinkt wie der Teufel!“ Auch sprach er sie nie anders an, als „mein Bock...“

Das war die Körperkultur im vielgepriesenen „galanten Zeitalter“ — trotz Puder, Schminke, Lippenstift und Parfüm! Oder vielmehr gerade wegen — ?

Elsbeth Gellenthin

KLEINE ANZEIGEN

Anschrift für Anzeigen und Ziffersendungen: Verlag Emil Wernitz, Berlin N 65, Müllerstraße 10; für Zahlungen: Postscheckkonto: Verlag Emil Wernitz, Berlin 1277 74. — Zeilenpreis 50 Pfg. für die einspaltige Nonpareillezeile (1 Zeile = 6 Silben)). Ziffergebühr 50 Pfg. — Wiederholungsrabatt von 6X ab 5%, von 12X ab 10%, von 24X ab 15%. — Annahmeschluß am 15. jeden Monats.

EMPFEHLENSWERTE REFORMHÄUSER

Reformhäuser Helen Scheer
Berlin-Neukölln, Flughafen-
straße 62, Hermannstr. 220.
**Reformhaus Gesundheits-
quelle Köpenicker Str. 96.**
M. & A. Adorno. Jann-
witz 0639.

EMPFEHLENSWERTE VEGETAR. SPEISEHÄUSER

Diätspesehaus „Sonne“,
W 8, Französischestr. 57,
an der Friedrichstraße.
Veg. Diätküche Mangold,
W 8, Charlottenstraße 71,
nahe Leipziger Straße.

Vegetarisches Haus „Veha“,
W 30, Aschaffener Str.
12, Ecke Bayrischer Platz.

Veg. Speisehaus M. Eggers,
SW 48, Friedrichstraße 21,
gegenüber d. Hedemannstr.
3 Min. v. Halleschen Tor.

Komfort-Zimmer

Berliner Westen bei Ge-
sinnungsfreund, auch für
Durchreisende. J 7 4095.
Zuschr. Verlag E. Wernitz.

Sonnig. gr. od. kl.
Logierzimmer
in Einf.-Haus, fließ. Was-
ser u. Bad, evtl. Kochgel.
Sonnen- und Wasserbäder
im Garten. Anshr. 304
Verlag Emil Wernitz.

Verantwortlicher Schriftleiter: Hanns Gellenthin, Berlin. Redaktionsschluß am 15. jeden Monats. Rücksendungen erfolgen nur, wenn Rückporto beigelegt ist. Schriftleitung: „Deutsche Freikörperkultur“, Berlin N 65, Müllerstraße 10. Herausgegeben vom Verlag Emil Wernitz, Berlin N 65. Bezugspreis einschl. Zusendung vierteljährlich Drucksache: Inland RM. 1,—, Ausland RM. 1,35. In geschlossenem Umschlag: Inland RM. 1,65, Ausland RM. 1,— und Briefporto. Gerichtsstand für alle Verlags- und Redaktionsangelegenheiten Berlin-Mitte. — Druck: Emil Wernitz, Berlin N 65.

Wissen Sie schon?

Das neue PO-HO „OLMA“ ist nunmehr auch in Tabletten zu haben, eine Neuheit, welche Sie jetzt auch bequem auf der Reise mit sich führen können. Es versorgt Sie, wenn Sie Gallen- oder sonstige Verdauungsbeschwerden empfinden, wie auch bei vielen anderen Unpäßlichkeiten, stets bringt dieses beliebte Hausmittel rasche Linderung. Der Geschmack ist angenehm! Erhältlich in Apotheken, Drogerien, Reformhäusern. Die Preise sind den gegenwärtigen Verhältnissen volkstümlich angepaßt:

PO-HO „OLMA“ flüssig	
Original-Fläschchen	Mk. 1,25
nachgefüllt	Mk. 1,—
PO-HO „OLMA“ flüssig	
extrastark Original-Fläschchen	Mk. 2,—
nachgefüllt	Mk. 1,75
PO-HO „OLMA“ feste Form	
(30 Tabletten)	Mk. 1,65
PO-HO „OLMA“ feste Form	
(60 Tabletten) Reisepackung	Mk. 2,80

Fordern Sie kostenlos Prospekt bei dem alleinigen Hersteller:

A. Geisendörfer, Mainz am Rhein

Bücher- u. Zeitschriftenbesprechung

Die Süddeutschen Monatshefte haben ihr Mai-Heft der neuen Ernährung gewidmet, die in neun Aufsätzen behandelt wird. Dem Beitrag von Prof. Bleyer, München, ist die interessante Feststellung zu entnehmen, daß wir im vorigen Jahre zum erstenmal seit den 70er Jahren infolge guter Ernte Volldeckung unseres Bedarfs an Brotgetreide hatten. Auch ist Zunahme der Getreideanbaufläche bemerkenswert.

* * *

„Jüdischer Intellekt und Deutscher Glaube“ von Karl Beyer, Berlin. 51 S., Preis RM. 1,20. Inhalt: Die Eigenschaften der Völker und Rassen. Der jüdische Intellekt. Die jüdische Gefahr. Deutscher Glaube.

In dieser klaren und überzeugenden Schrift wird die Judenfrage nicht von dem Standpunkt des so oft angefeindeten „Antisemitismus“ behandelt. Beyer deckt die wirklichen Gründe des Gegensatzes zwischen Judentum und deutschem Wesen auf, indem er jüdischen Intellekt und deutschen Glauben in Gegensatz stellt. Das Ergebnis dieser Gegenüberstellung wird am Schluß der Einleitung vorausgeschickt, dort heißt es:

„Jüdischer Intellekt und deutscher Glaube, dieser Gegensatz ist hier radikal gedacht. Und wenn wir ihn wirklich radikal denken, wird unsere Haltung in der Judenfrage nicht mehr Judenhaß, sondern die absolute Entfremdung sein. Wir werden einsehen, daß wir mit Menschen, die so radikal anders sind, keine Gemeinschaft in Liebe und Haß, in den Dingen des Glaubens und der Entscheidung haben können und daß da, wo solche Gemeinschaft zu bestehen scheint, alles Illusion ist.“

Dr. Reichstein.

* * *

Deutsche Siedlung. Idee und Wirklichkeit, von A. G. Küppers-Sonnenberg Berlin 1933, Verlag „Die Grundstücksrate“.

Freikörperkultur und Siedlung sind nicht getrennte Begriffe. Wir wollen den Forderungen der Natur entsprechen und eine diesen Forderungen am besten entsprechende Kultur aufbauen. Dazu gehört auch die Siedlung. Denn wie Küppers-Sonnenberg sagt, ist Siedlung aufzufassen als:

„Verbindung, vor allem Rückverbindung des Menschen mit dem Boden in Richtung einer der übersteigerten Großstadtentwicklung entgegengesetzten neuen Landkultur“.

Wer sich daher mit den Fragen der Siedlung beschäftigen will, dem sei das Buch von K.-S. empfohlen, in dem versucht wird, die verschiedenen Siedlungsbegriffe, Siedlungsbestrebungen, Siedlungsformen, Siedlungs-Parteien und -Interessenten klar zu stellen. Der Verfasser betont im übrigen, daß der Deutschen Siedlung umstürzende Aufgaben zur Rettung unseres deutschen Volkes, das heute in sterbenden Städten zu einem Leben ohne Sinn und Vernunft verurteilt ist, gesetzt sind. Dem kann nur beigepflichtet werden. Die von der nationalen Erhebung geforderte Erneuerung des deutschen Volkes, für die auch wir kämpfen, kann endgültig nur durch ländliche Siedlung erreicht werden. Denn die Städte, insbesondere die Großstädte, vernichten unser deutsches Volkstum und unsere Volkskraft. Deutsches Wesen im ureigensten Sinne kann nur auf deutscher Scholle sich entfalten und blühen. Und nur im Boden ist die Wurzel unserer Kraft.

Dr. R.

Eingegangene Bücher und Schriften

(Besprechung vorbehalten!)

Der Wendepunkt im Leben und Leiden. — Eine Monatsschrift zur Verbreitung nützlichen Wissens über das Leben des Körpers und der Seele, über Wesen und Erhaltung der Gesundheit, über Ursachen und Natur der Krankheiten, über Heilprozesse und Heilkräfte. — Herausgeg. von Dr. med. M. Birchner-Benner, Zürich.

Zum Edelmenschen! — Monatsblätter für glückliche Höher-Entwicklung des einzelnen und des Volksganzen. — Verlag: Sonnerschulbucherei auf Schloß Clettenburg im Südharz.

* * *

Lebenskräfte strömen neu,

frischer und frischer fühlen Sie sich, wenn Ihre Haut besser arbeitet. Gute Hauttätigkeit entlastet den Organismus. Alles geht leichter. Und wie leicht können Sie das erreichen! — Nur morgens nach der Körperwaschung stets salben mit

Arya-Laya Hautbelebungs-Oel

Mit echten Kiefern- und Fichtennadel-Auszügen, nervenstärkend. Wie das anregt, belebt, froher freudiger stimmt! Es gibt nichts Schöneres. — Flasche RM 0,60 u. RM 1,50 in Reformhäusern. Schriften frei von

ARYA LAYA

Fritz Bräutigam, Hannover 42

Vegetarische Presse. — Zeitschrift der vegetarischen Bewegung. — Verlag: Dresden-A. 39, Meißner Langstraße 94.

Der Neue Weg. — Eine Monatsschrift für die fortschrittliche Hausfrau. — Verlag: Saulgau (Württbg.), Kramerstr. 10.

Der Naturarzt. — Herausgeber: Deutscher Bund der Vereine für naturgemäße Lebens- und Heilweise (Naturheilkunde) e. V., Berlin SW 61, Tempelhofer Ufer 22.

Asgard, Wege zum Licht. — Ein Kampfblatt für die Götter der Heimat. — Im Sonnenverlag (Dr. Lomer) Hannover.

Neugeist, Die Weiße Fahne. — Zeitblätter für Verinnerlichung und Vergeistigung, Monatsschrift für Heil- und Lebens-Erneuerung, Wegweiser zu erfolgreicher Lebensführung. — Baum-Verlag, Pfullingen i. Württbg.

G E S C H Ä F T L I C H E S

Damals vor 25 Jahren

war Körperpflege noch nicht so Trumpf wie heute! Der Sport hatte sich ja schon durchgesetzt, dafür lag die richtige Hautpflege aber umso mehr im argen. Man betrachtete eben die Haut als „Körper-Ueberzug“, den man als Kulturmensch in mehr oder weniger langen Zwischenräumen mehr oder weniger gründlich reinigte und im übrigen möglichst viel davon durch Kleider verdeckte. Teintpflege, nichts weiter, und die meist noch unzweckmäßig! Man kannte nichts von der Schönheit einer braunen, gesunden und geschmeidigen Haut, wußte nichts davon, wie wichtig die Haut im Lebensprozeß des Körpers ist, wie wertvoll ihre richtige und gesunde Funktion ist, daß die Haut ein lebendiger Organismus mit vielseitigen Aufgaben ist, daß man sie genau zu den „edlen“ Organen rechnen muß, wie Herz, Lunge usw. Diese Erkenntnis hat uns erst M. E. Gottlieb gebracht, der ein bedeutender Lebensreformer und Hygieniker zu Heidelberg war. Durch umfangreiche Studien erkannte er, was der Haut, diesem Jahrhunderte vernachlässigten Körperteil, nützt: Eine systematische Pflege. Die Haut muß wieder zur Funktionstüchtigkeit erzogen werden! So schuf Gottlieb das erste „Hautfunktionsöl“, „Diaderma“ („durch die Haut“) nannte er es. Die Körperpflege des 20. Jahrhunderts, die „Hautölung“ war geschaffen!

Mit der Ueberzeugung eines Menschen, der seiner Zeit weit voraus ist, setzte er sich für diese neue Methode ein. Natürlich wurde er, wie es jedem Neuerer geht, anfangs ignoriert, später heftig bekämpft und angegriffen.

Aber mittlerweile entdeckten die Leute, die ernsthaft prüfend und unvoreingenommen an die Sache herangingen, wie wahlteuend die Hautölung für den Körper ist, und stellten die Hautölung in ihr tägliches Körperpflege-Programm ein. Der Sportler fand, daß eine gut funktionierende Haut wesentlich zur besseren Leistung beiträgt, weil sie die inneren Organe in deren Stoffausscheidungstätigkeit entlastet, und daß Diaderma ein glänzendes Sportmassage-Oel ist. In den aufkommenden Luft- und Sonnenbadeanstalten benutzte man das Diaderma-Hautfunktions-Oel mit bestem Erfolg gegen Sonnenbrand und zum Braunwerden. Die Wintersportler lernten die geölte Haut in der Winterkälte schätzen. Von Forschungsreisen in den Tropen und in den Polarländern kamen anerkennende Berichte. Täglich mehr Menschen erkannten den Wert eines gesunden Hautfunktions-Oeles.

So trat die Hautölung ihren Siegeszug an. Unermüdlich setzte sich die treibende Kraft Gottlieb's für ihre Verbreitung ein, und nach jahrelangen Kämpfen war die Hautölung so populär, daß sogar die Großindustrie aus der Sache ein lohnendes Geschäft machte und Hautöle ohne Zahl auf den Markt warf. Meist sind es bloße „Hautöle“ und kein Haut-Funktions-Oel, d. h. es ist irgend ein schön parfümiertes Oel (womöglich gar tierischer oder mineralischer Herkunft) in auffälliger Aufmachung, und nicht eine biologisch durchdachte, sorgfältige Zusammenstellung wirksamer Kräuterauszüge, ätherischer Öle und hochwertigen Olivenöls, wie bei dem Urerzeugnis „Diaderma“.

Das eine hat Gottlieb — der 1923 verstorben ist — jedenfalls erreicht: daß das Hautöl heute von den Sportplätzen und Strandbädern, aus der Skihütte, vom Toiletentisch der Dame und aus der täglichen Körperpflege einfach nicht wegzudenken ist!

Diaderma hat diese neue Epoche der Körperpflege geschaffen!

Sonnenland, Egestorf

das 30 morgen große beliebte Feriengelände der Deutschen Freikörperkultur inmitten des landschaftlich schönsten Teiles der Lüneburger Heide. Fröhliche Gemeinschaft, regster sportlicher Betrieb auf drei großen Sportplätzen, eigenes Schwimmbad. Weite Wanderungen unter persönlicher Führung, morgendlicher Gymnastikunterricht sorgen für körperliche Erfrischung und geistige Entspannung. Zeltplatz und Jugendlager vorhanden, Pension von Mk. 3,- an. Ausführliche Prospekte gegen Rückporto.

Freiheitsgelände von Hellmuth Beschke, Egestorf, Bezirk Hamburg / Telefon 447

REINE NAHRUNG REINER GEIST!



köstlich im Geschmack, leicht verdaulich, gesund, der ideale Proviant, das ist

BATSCHIEDER-KNUSPER-BROT

Verlangen Sie Kostproben im Neuformhaus.

Gebr. Batscheider GmbH, Deisenhofen 50 bei München

Lebensfreude allein durch Freikörperkultur

heißt eine vorzügliche, reich bebilderte Werbeschrift, die in die Hand jedes Freundes unserer Bewegung gehört. Die Anschaffung des kleinen Heftes ist jedem möglich, da es zum Preise von nur 25 Pfennig inkl. Porto abgegeben wird.

Bestellungen sind zu richten an den

Verlag Emil Wernitz
Berlin N 65, Müllerstr. 10-11

POSTSCHECKKONTO:
Verlag Emil Wernitz, Berlin 1277 74.

Und für die warmen Tage noch ein Paar Ganters



Licht-Heil-Sandalen

Nur diese verbürgen für Qualität. Ich liefere auch Sandalen mit plastischem Einbau — Gelenk- und Mittelfußstützen. Das einzig gute für gesunde und kranke Füße. Prospekte gratis.

Aug. Ganter, Sandalenfabr. Waldkirch i. Brsg.

MALZKA

der deutsche Malzkakao

Das hervorragende Volksgetränk und Kräftigungsmittel ist hergestellt aus deutschem Malz mit Kakao nach Dr. med. Sch eh k a. Malzka ist malzextraktreich, daher nervenstärkend, blutbildend und verdauungsfördernd und nicht stuhlhemmend.

Preis RM. 0,50 und RM. 1,10

Zu haben in Apotheken, Drogerien und Reformhäusern oder vom alleinigen Hersteller:

Düsterwald & Co., Malzfabrik
Andernach/Rh.

Wo nicht vertreten, Vertreter gesucht!

Der besonders anspruchsvolle Reformer, der Kenner, wird durch Götz Haut- und Massageöl bestimmt restlos zufriedengestellt. Flaschen zu RM. 1,— und RM. 1.70 im Reformhaus oder portofrei von der Firma **Alfons Auer**, Reformkosmetik, Weimar 3. Postscheck-Konto Erfurt 196 40

Vegetarisches Diät-, Kur- und Erholungsheim
Waldhaus Lange-Altfeld/Harz, Vegetarische Diät-Schule
Post Vienenburg, Bahnst. Eckertal, Licht-Luftbad, Pr. ab 5.-M., Prosp. frei

Freideutsches Lager Klappholttal auf Sylt

unmittelbar am Meere im Naturschutzgebiet gelegen. Für innerliche lebendige Menschen, die körperliche Erfrischung und geistige Anregung suchen. Anregendes Gemeinschaftsleben, Vorträge und Aussprachen. Wanderungen, Gymnastik, Segelpartien.

Das ganze Jahr für Erwachsene, Jugendliche und Kinder geöffnet. Ständige ärztliche Leitung.

Ueber Hochsommerveranstaltungen Sonder-Prospekt anfordern.

Ferien vom Ich

finden Anhänger der Freikörperkultur auf meinem ca. 100 Morgen großen herrlich gelegenen Freilichtgelände, staubfrei, fern von Straße u. Verkehr inmitten sehr ausgedehnter Nadelwälder. Eigene Landwirtschaft, Teich zum Baden und Schwimmen. Veget. oder gemischte Kost, 4 Mahlzeiten Zimmer RM. 4,—, Lufthütte RM. 3,50 einschl. allem.

Frau Otto Büttner, Nüßleshof bei Wernshausen (Thüringer Wald).



FALTBOOTE * ZELTE

in der Konstruktion ausgereift,
in der Fabrikation erprobt,
und im Gebrauch bewährt, dabei gar nicht teuer.
Prospekt R sofort kostenlos.

MÜNCHENER FALTBOOTBAU
G. M. B. H., München 25, Hofmannstraße 50

Freilichtpark Klingberg in Ostholstein

verbunden mit dem Gästehaus Landhaus Zimmermann

100 000 qm Gelände mit Wohnhöfen und Spielplätzen am Seesfer und auf bewaldeten Hügeln. Gymnastik-Unterricht. Reform-Küche Zeltplätze für Selbstverpfleger. Besuchsordnung gegen Doppelbriefporto.

P. Zimmermann, Klingberg a. See
Post Gleschendorf (Tel. 150) Prov. Lübeck

